

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
RESILIENSI PADA MAHASISWA PENCINTA ALAM  
TURSINA UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**



**OLEH**

**BAIQ LAYA LISSITA  
NIM. 13410193**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2020**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI  
PADA MAHASISWA PENCINTA ALAM TURSINA UIN MAULANA  
MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik  
Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

**OLEH**

**BAIQ LAYA LISSITA  
NIM. 13410193**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2020**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI  
PADA MAHASISWA PENCINTA ALAM TURSINA  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

**OLEH**

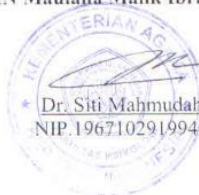
**BAIQ LAYA LISSITA  
NIM. 13410193**

Telah disetujui oleh:  
Dosen Pembimbing



Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si  
NIP.197405182005012002

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP.196710291994032001

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI  
PADA MAHASISWA PENCINTA ALAM TURSINA  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Skripsi telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal, 18 Mei 2020

**Susunan Dewan Penguji**

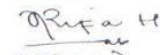
**Dosen Pembimbing**

  
Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si  
NIP. 197405182005012002

**Penguji Utama**

  
Dr. Yulia Sholichatun, M.Si  
NIP. 1970072420050120003

**Ketua Penguji**


  
(Rifa)  
Dr. Rifa Hidayah, M.Si  
NIP. 197611282002122001

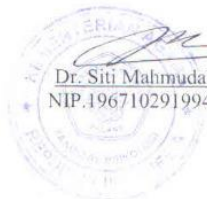
Skripsi ini telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Tanggal .....

Mengesahkan,

**Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

  
Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP. 196710291994032001



## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : BAIQ LAYA LISSITA

NIM : 13410193

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul ***HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA PENCINTA ALAM TURSINA UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG*** adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia bertanggung jawab.

Malang, 30 April 2020

Peneliti



Baiq Laya Lissita  
NIM. 13410193

## **MOTTO**

*Selalu ada harapan bagi yang berdo'a*

*Selalu ada jalan bagi yang berusaha.*

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

*Untuk mereka kedua orang tuaku (H.Lalu Ahmad Saihu & Hj.Baiq Siti Masitah) Ini bukan apa-apa jika dibandingkan dengan do'a yang kalian berdua panjatkan, peluh yang dikeluarkan, dan cinta-kasih mu yang tiada henti untuk ketiga anak .*

*Untuk adik-adikku (Laeli & Lubna) kalian adalah motivasiku untuk selalu berjuang agar bisa menjadi kakak yang terbaik untuk kalian, dan mejadi kakak yang bisa menjadi contoh buat kalian.*

*Untuk guru-guruku yang sangat berjasa memberikan ilmu dan pengalaman berharga, dan untuk keluarga, sahabat, dan teman-teman selama di Lombok dan di Malang yang tidak berhenti melempar semangat.*

*Untuk mu, terimakasih banyak.*

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah robbil alamin, segala puji bagi Allah SWT karena berkat rahmat dan kasihNya sehingga penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Besar, Muhammad SAW yang telah membawa kebaikan bagi seluruh umat manusia.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu persyaratan kelulusan program studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Adapun skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dan tidak luput kesalahan. Namun, penulisan ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari semua pihak yang terlibat. Maka, dari itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof.Dr. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Muhammad Jamaluddin, M. Si selaku ketua jurusan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si selaku dosen pembimbing sekaligus dosen wali yang telah motivasi memberi banyak masukan, serta bimbingan dalam penulisan skripsi.



5. Seluruh dosen dan staff Fakultas Psikologi yang telah memberikan bantuan akademis selama studi di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. Kedua orang tua saya bapak H. L. Ahmad Saihu dan ibu Hj. Siti Masitah yang selalu memberikan doa, kasih sayang dan semangat. Juga kedua adikku, Laelia Al Huzni dan Lubna yang selalu memberikan dukungan.
7. Teman hidup yang keren; Lina, Ka Niswah, Eka, Emi, Nia, Yanti, Ratih, dan Forskimal 2013 yang selalu menjadi saudara di tanah rantau.
8. Teman-teman MAPALA Tursina yang selalu memberikan bantuan dan pengalaman yang sangat berharga dan mau menjadi saudara.
9. Teman-teman Psikologi angkatan 2013 yang telah menginspirasi dan menjadi teman belajar dan berjuang.
10. Seluruh pihak yang secara tidak langsung banyak mendukung terselesaikannya skripsi ini.

Dengan diiringan doa dan ucapan terimakasih, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan membawa keberkahan. Mohon maaf apabila ditemukan kesalahan dalam skripsi ini. Guna kebaikan skripsi ini, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

**Peneliti,**



**Baiq Laya Lissita**  
**NIM. 13410193**

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	v
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
ABSTRACT .....	xvii
xviii ..... الملخص	
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Tujuan Penelitian.....	12

D. Manfaat Penelitian.....	12
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>14</b>
A. Resiliensi .....	14
1. Definisi Resiliensi .....	14
2. Aspek-Aspek Resiliensi .....	17
3. Faktor-Faktor Resiliensi .....	24
4. Sumber Resiliensi .....	27
B. Dukungan Sosial.....	30
1. Definisi Dukungan Sosial .....	30
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	32
3. Faktor-Faktor Dukungan Sosial .....	34
4. Sumber Dukungan Sosial .....	35
C. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi .....	36
I. Hipotesis .....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Rancangan Penelitian .....	39
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	39

C. Definisi Operasional .....	40
1. Resiliensi .....	40
2. Dukungan Sosial .....	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	41
E. Teknik Pengumpulan Data .....	42
1. Skala.....	43
2. Wawancara.....	44
F. Instrumen Penelitian .....	45
1. Skala Resiliensi .....	45
2. Skala Dukungan Sosial .....	47
G. Validitas dan Reliabilitas .....	49
1. Validitas .....	49
2. Reliabilitas .....	52
H. Teknik Analisis Data .....	53
I. Uji Hipotesis .....	56
1. Uji Korelasi .....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>57</b>

A. Pelaksanaan Penelitian .....	57
B. Hasil Penelitian.....	61
1. Hasil Uji Validitas .....	61
2. Hasil Uji Reliabilitas .....	64
4. Hasil Analisis Deskripsi .....	65
C. Hasil Uji Hipotesis .....	70
1. Uji Korelasi .....	70
D. Pembahasan.....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>77</b>
A. Kesimpulan .....	77
B. Saran.....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Respon Jawaban Skala .....	44
Tabel 3.2 Blueprint Skala Resiliensi.....	45
Tabel 3.3 Blueprint Skala Dukungan Sosial .....	47
Tabel 3.4 Blueprint Aitem-aitem Valid Skala Resiliensi.....	49
Tabel 3.5 Blueprint Aitem-aitem Valid Skala Dukungan Sosial .....	51
Tabel 3.6 Kisi-kisi Kriteria Koefisien Reliabilitas .....	53
Tabel 3.7 Rumus Kategorisasi.....	55
Tabel 4.1 Hasil Uji Aitem-aitem Valid Skala Resiliensi .....	61
Tabel 4.2 Hasil Uji Aitem-aitem Valid Dukungan Sosial .....	63
Tabel 4.3 Mean dan Standar Deviasi Variabel Dukungan Sosial .....	66
Tabel 4.4 Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial.....	66
Tabel 4.5 Presentase dan Frekuensi Variabel Dukungan Sosial .....	67
Tabel 4.6 Mean dan Standar Deviasi Variabel Resiliensi.....	68
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi Resiliensi.....	69
Tabel 4.8 Presentase dan Frekuensi Variabel Resiliensi.....	69
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi .....	70

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Angket Penelitian
- Lampiran 2 : Validitas dan Reliabilitas SPSS
- Lampiran 3 : Uji Korelasi SPSS
- Lampiran 4 : Hasil Angket Ms.Exel

## ABSTRAK

**Lissita, Baiq Laya. 2020.** *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi.*

Pembimbing: Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Resiliensi

---

Kemampuan resiliensi yang baik sangat dibutuhkan oleh anggota mahasiswa pencinta alam Tursina dalam menghadapi berbagai anggapan buruk mengenai organisasi yang diikuti karena kemampuan ini diperkirakan dapat membantu mereka dalam menghadapi suatu tekanan, tantangan maupun hambatan khususnya dalam mengikuti kegiatan-kegiatan organisasi. Kemampuan ini tak lepas dari faktor-faktor internal maupun eksternal, salah satunya yaitu dukungan sosial.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) tingkat dukungan sosial pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; 2) tingkat resiliensi pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; 3) hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, subyek penelitian ini adalah anggota mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 52 anggota mahasiswa pencinta alam Tursina, yakni 33 anggota laki-laki dan 19 anggota perempuan dengan menggunakan teknik sampling purposive. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah skala dukungan sosial dan skala resiliensi. Analisis data yang digunakan adalah analisa korelasi *product moment* dengan menggunakan bantuan program *SPSS versi 16.0 for windows*.

Hasil dari penelitian ini didapatkan nilai signifikan hubungan dukungan sosial dengan resiliensi adalah  $p$  sebesar 0,000 yang berada ditaraf signifikansi 0,01 sehingga  $p < 0,01$  dengan nilai  $r$  sebesar 0,809. Artinya dukungan sosial sangat berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat resiliensi pada anggota aktif mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Maka hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi anggota aktif mahasiswa pencinta alam Tursina dapat diterima.



## Abstract

**Lissita, Baiq Laya. 2020.** Relationship between Social Support and Resilience of Tursina Nature Lover Students UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Thesis, Advisors: Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si  
Key words: Social Support, Resilience

---

A good resilience ability is needed by Tursina nature lover student members in facing various bad assumptions about the organization being followed because this capability is expected to assist them in facing a pressure, challenge or obstacle especially in following the organization's activities. This ability is inseparable from internal and external factors, one of which is social support.

This study aims to determine: 1) the level of social support for students of nature lovers in Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; 2) the level of resilience among students of nature lovers in Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang; 3) the relationship of social support with resilience among students of nature lovers in Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

This research uses quantitative research methods, the subjects of this study are members of students of nature lovers Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. The sample in this study amounted to 52 members of Tursina nature lover students, namely 33 male members and 19 female members by using purposive sampling technique. The instruments used to collect data are the scale of social support and resilience scale. Analysis of the data used is the product moment correlation analysis using SPSS version 16.0 for Windows.

The results of this study found a significant value of the relationship of social support with resilience is  $p$  of 0,000 at a significance level of 0.01 so that  $p < 0.01$  with an  $r$  value of 0.809. This means that social support has a very significant effect on the level of resilience in active members of nature lover students in Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Then the hypothesis stating the influence of social support on the resilience of active members of Tursina nature-loving students can be accepted.

## مستخلص البحث

ليستا، باقق لايا. 2020. العلاقة بين دعم الإجتماعية والمرونة على الطلاب الجامعي محب الطبيعة تورسينا بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. بحث الجامعي. المشرفة: د. إيلوك حليلة السعدية الماجستير.

الكلمة الإشارية: دعم الإجتماعية، المرونة.

كفاءة المرونة الجيدة محتاج بأعضاء محب الطبيعة تورسينا لمواجهة الافتراضات القبيحة على المنظمة التي اتباعها بسبب ظن

---

هذه الكفاءة تساعدهم لمواجهة الضغوط والتحديات والعقبات في اشتراك الأنشطة المنظمة. لا يفصل هذه الكفاءة بالعوامل الداخلية والخارجية، احدى منهم دعم الإجتماعية.

ولذلك أهداف هذا البحث لمعرفة: (1) مستوى دعم الإجتماعية على الطلاب الجامعي محبي الطبيعة تورسينا بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. (2) مستوى المرونة على الطلاب الجامعي محبي الطبيعة تورسينا بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. (3) العلاقة بين دعم الإجتماعية والمرونة على الطلاب الجامعي محبي الطبيعة تورسينا بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

استخدم هذا البحث منهج الكمي، وموضع البحث هو أعضاء محب الطبيعة تورسينا بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. عينة البحث بعدد 52 نفر من أعضاء محب الطبيعة تورسينا تتكون من 33 رجل و19 امرأة باستخدام أسلوب أخذ العينات الهادف. الاستبانة المستخدمة لجمع البيانات تعني المقياس لدعم الإجتماعية والمقياس للمرونة. تحليل البيانات المستخدمة لتحليل العلاقة لحظة المنتج بمساعدة برنامج *SPSS versi 16.0 for windows*.

حصول البحث المتناولة بنتيجة المعلقة بين دعم الإجتماعية والمرونة يعني  $p < 0,01$  وهو على مستوى الأهمية 0,01 حتى تكون  $p < 0,01$  بنتيجة  $r$  يعني بعدد 0,809. بالمعنى تأثر دعم الإجتماعية شدة بشكل ملحوظ على مستوى المرونة لأعضاء محب الطبيعة تورسينا بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. ففروض البحث التي تنص على تأثير دعم الاجتماعية على مرونة الأعضاء من طلاب تورسينا المحبين للطبيعة يمكن قبولها.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Latar belakang dalam penelitian ini, bermula pada saat peneliti berkunjung ke sebuah basecamp organisasi mahasiswa pencinta alam yang berada di kampus UIN Malang yaitu, MAPALA Tursina. Ada beberapa dari anggota baru MAPALA Tursina, pada saat itu berada di basecamp, dan menceritakan keluhan kesahnya kepada peneliti, mengenai tanggapan orang-orang di sekitar mereka, karena mereka ikut tergabung dalam organisasi MAPALA tersebut, bahkan ada beberapa yang sudah mengundurkan diri karena berbagai alasan, salah satunya yaitu, tidak diperbolehkan melanjutkan lagi kegiatan-kegiatan yang ada di organisasi tersebut, dan diminta untuk mengundurkan diri oleh orang tua dari anggota tersebut. Selain itu, adanya berita yang konotasinya negatif terhadap keberadaan dan perjalanan organisasi pencinta alam, karena beberapa faktor insiden yang merenggut nyawa pada saat DIKSAR (pendidikan dasar), ataupun pada saat berkegiatan petualangan, dan dari perilaku negatif oknum yang merusak kredibilitas organisasi pencinta alam itu sendiri, sehingga membuat masyarakat beranggapan negatif terhadap organisasi MAPALA.

Banyak cerita atau informasi, yang disampaikan kepada peneliti oleh anggota baru MAPALA Tursina (merupakan salah satu sample yang

dijadikan subjek penelitian), dan berita-berita yang beredar di sosial media, dan pertelevisian Nasional, maupun Swasta yang banyak menyebar ke masyarakat umum, sehingga membuat peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai kasus tersebut.

Awal kegiatan pengembangan bagi pencinta alam, masih berputar di sekitar kegiatan konservasi, eksplorasi hutan dan pegunungan. Kegiatan lain seperti susur gua, panjat tebing, arung jeram, masih jarang jika dibandingkan dengan keadaan sekarang, kegiatan pencinta alam jauh lebih berkembang. Banyak kendala yang menjadi alasan utama belum berkembangnya kegiatan-kegiatan lain pada saat itu, salah satunya adalah keterbatasan alat dan pengetahuan, dari anggota pencinta alam mengenai kegiatan-kegiatan tersebut. Seiring berkembangnya zaman, dan banyaknya peminat kegiatan alam bebas, memulailah bermunculan organisasi pencinta alam, baik di tempat umum, maupun di kampus-kampus.

Perkembangan organisasi MAPALA semakin pesat diseluruh tanah air hingga saat ini, hampir di seluruh perguruan tinggi di indonesia, memiliki unit kegiatan mahasiswa (UKM) MAPALA, begitu juga dengan kampus-kampus yang ada di daerah Jawa Timur, khususnya di kota Malang. Kota Malang memiliki 25 organisasi mahasiswa pencinta alam (MAPALA), sebagai organisasi internal kampus. Salah satu gambaran MAPALA yang ada di kota Malang, yaitu MAPALA Tursina, yang berada di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

MAPALA Tursina adalah satu-satunya organisasi pencinta alam, yang bernaung dalam lingkup (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Dengan mengusung jiwa pencinta alam dan petualang, serta bersifat ilmiah, sosial, olahraga, dan rekreasi serta terlepas dari organisasi politik praktis, MAPALA Tursina didirikan pertama kali pada tanggal 20 Desember 1995. Organisasi MAPALA Tursina terdapat 5 divisi didalamnya, yang keseluruhannya memiliki kaitan dengan alam, baik secara perlindungan, maupun petualangan. Kelima divisi tersebut adalah divisi konservasi: yang memfokuskan kegiatannya dalam rangka melindungi dan memperbaiki lingkungan, sementara itu ada pula divisi gunung hutan: yang bergerak dalam setting gunung dan hutan, selanjutnya terdapat divisi panjat tebing atau yang lebih terkenal dengan sebutan *rock climbing*: yang kegiatannya selalu didominasi dengan tebing dan wall (papan panjat), sementara itu terdapat pula divisi caving: yang memfokuskan kegiatannya dalam petualangan menyusuri goa, baik goa horizontal maupun goa vertical, selain itu MAPALA Tursina juga memiliki divisi orad atau kebanyakan orang menyebutnya dengan rafting: yang mengusung petualangan olahraga di sungai yang berjeram.

MAPALA Tursina juga bergerak dalam bidang sosial dan budaya. MAPALA Tursina sudah menjelajah ke berbagai daerah di seluruh penjuru nusantara (dalam kegiatan yang bertema Tursina Explore) anggota MAPALA Tursina sendiri sudah mengexplore berbagai budaya dalam negeri: mulai dari explorasi suku Sasak di Lombok, suku Rimba di Jambi,

suku Osing di Banyuwangi, suku Baduy di Banten, suku Dayak maratus di Kalimantan, dan suku Abuy di Alor NTT.

Beberapa gambaran kegiatan UKM MAPALA Tursina yang telah dipaparkan diatas, tidak jarang mahasiswa anggota organisasi MAPALA Tursina tidak diizinkan untuk mengikuti semua kegiatan, bahkan mereka diminta untuk mengundurkan diri dari organisasi tersebut. Hal ini disebabkan oleh adanya problematikan dalam hal akademik, seperti halnya: mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan perkuliahan, sebagaimana normalnya mahasiswa pada umumnya, dan tidak jarang orang tua dari mahasiswa tidak mengizinkan putra putri mereka untuk bergabung dalam organisasi ini, dan tidak sedikit kasus anggota MAPALA yang mengalami kecelakaan, hingga mengakibatkan meninggal dunia pada waktu pelaksanaan kegiatan, yang menyebabkan organisasi MAPALA memiliki kesan buruk dimata masyarakat.

Peristiwa yang terjadi pada anggota MAPALA Pelita dari Universitas Nusantara PGRI Kediri, yang sedang melakukan kegiatan arung jeram di Sungai Pait, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Kediri yang menewaskan 1 orang mahasiswa, dan 2 mahasiswa lainnya mendapat perawatan di rumah sakit, setelah mengarungi sungai dengan 2 unit perahu. (*Kompas.com*, 15/4/2018).

Secara tidak langsung, dengan adanya berita yang tersebar di sosial media, mengenai kecelakaan-kecelakaan yang terjadi pada MAPALA memperkuat pendapat orang tua melarang anaknya untuk bergabung

dalam organisasi MAPALA. Seperti yang dikemukakan salah seorang subjek “..yo sakjane aku gak oleh mbak ikut MAPALA sama ibuk iku, opo maneh pas onok kasus arek UII seng mati waktu melok diklat MAPALA iku, ibukku langsung ngomongi ojok melok MAPALA-MAPALAn maneh, tapi yoopo maneh mbak, aku wes kadung nyaman ndek kene” (wawancara tanggal 9 Oktober 2018).

Data yang didapat oleh peneliti, masih banyak mahasiswa yang mengikuti dan aktif dalam organisasi ini: jumlah anggota organisasi MAPALA Tursina yang masih berstatus mahasiswa dan aktif dalam organisasi ini hingga sekarang yaitu 52 mahasiswa, dari 97 mahasiswa yang mengikuti kegiatan BATAFIA (Basic Training of MAPALA Tursina), dalam *merecruitment* anggota. Berdasarkan pengamatan sementara, ditemukan permasalahan terkait resiliensi dengan dukungan sosial sebagai berikut. *Pertama*, banyaknya anggota aktif mahasiswa pencinta alam yang tidak mendapat dukungan, dari orang tua maupun teman sebaya, dalam mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh organisasi tersebut. *Kedua*, maraknya berita-berita yang tersebar, mengenai seringnya terjadi kecelakaan anggota mahasiswa pencinta alam dalam melakukan kegiatan. Dari beberapa tekanan di atas, yang di hadapi oleh mahasiswa yang tergabung dalam organisasi MAPALA, setiap individu, membutuhkan kemampuan diri untuk mengatasi berbagai tekanan yang di hadapi. Sehingga setiap anggota, dapat menganggap

bahwa tekanan tersebut adalah hal yang wajar. Kemampuan diri dalam mengatasi tekanan tersebut di kenal dengan istilah resiliensi.

Salah satu subyek yaitu Rizki, (wawancara, 10/10/2019) mengatakan bahwa, ia terkadang merasa terganggu dengan apa yang orang lain katakan terhadap dirinya, ketika mereka mengetahui bawa ia mengikuti organisasi pencinta alam, sehingga pernah terbersit untuk mengundurkan diri sebagai anggota dari organisasi tersebut, namun ia berusaha dengan keras untuk menunjukkan bahwa, pandangan orang lain terhadap organisasi tersebut tidaklah benar, dan berusaha untuk bertahan di organisasi tersebut ketika teman-temannya, dan dosen juga sering mengatakan bahwa, mengikuti organisasi tersebut akan membuat terlena , dan merasa nyaman, sehingga melalaikan urusan akademik.

Individu yang resilien, dapat tetap berada di bawah tekanan, kesedihan, dan tidak menampilkan suasana hati negatif yang berkelanjutan. Ketika orang lebih resilien, mereka dapat mengatasi semua masalah, meningkatkan potensi mereka, bersikap optimis, muncul keberanian, dan kedewasaan emosional.

Beberapa penelitian terdahulu diketahui bahwa, dukungan sosial dapat memacu tingkat resiliensi seseorang. Oleh karena itu, berdasarkan pengalaman peneliti dan hasil wawancara, peneliti tertarik meneliti tentang “ Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.



Tema yang mendasari dari penelitian ini adalah tentang dukungan sosial dan resiliensi. Dukungan sosial menurut Gotlieb (1983) merupakan informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan nyata atau tingkah laku yang diberikan orang-orang yang dekat dengan subjek, didalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran, dan hal-hal yang memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh, pada tingkah laku penerimanya.

Dengan adanya dukungan sosial ini seseorang akan merasa mudah dalam menjalankan peran yang beragam. Sedangkan resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit. Dalam kaitannya dengan proses terbentuknya resiliensi, Reivich & Shatte (2002), Melalui penelitian mereka, mereka menemukan bahwa proses penentuan resiliensi individu adalah proses yang dinamis dalam bentuk upaya yang kompleks antara elemen-elemen eksternal individu dan dunia internal. Lingkungan yang kurang menguntungkan, dapat membentuk gaya berpikir keras dan negatif, yang mengarah pada munculnya kepercayaan salah pada individu. Kondisi ini menyebabkan tingkat resiliensi yang kurang pada individu.

Istilah Resiliensi pertama kali diformulasikan oleh Block dengan nama *ego-resilience*, yang diartikan sebagai kemampuan umum seseorang yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi, dan luwes saat dihadapkan pada tekanan dari internal maupun eksternal. Secara khusus *ego-resilience* merupakan suatu sumber kepribadian yang berfungsi membentuk kondisi lingkungan jangka pendek maupun jangka panjang,

sehingga dapat memodifikasi tingkat karakter, dan cara mengekspresikan pengendalian ego yang bisa dilakukan individu (Uyun, 2012).

Masten menjelaskan resiliensi secara umum berorientasi pada cara beradaptasi yang positif ketika atau sesudah menghadapi suatu kondisi yang sulit atau suatu resiko. Resiliensi adalah ide atau cara yang mengacu pada kapasitas sistem dinamis untuk bertahan dan pulih dari gangguan (Utami & Helmi, 2017). Begitu juga dengan Grotberg (1995) yang menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan umum yang mengizinkan seseorang, kelompok, atau komunitas untuk mencegah, meminimalisasi atau mengatasi resiko yang negatif dari kesulitan.

Fernanda Rojas (2015) menambahkan bahwa peningkatan resiliensi sangat penting, karena dapat memberikan pengetahuan kepada mereka yang menghadapi tekanan dan tantangan hidup. Dengan meningkatkan resiliensi, individu dapat mengembangkan keterampilan hidup, seperti metode komunikasi dan kemampuan efektif untuk merencanakan rencana kehidupan dan mengambil tindakan yang tepat dalam kehidupan mereka (Utami & Helmi 2017).

Dukungan sosial juga sangatlah penting bagi para anggota MAPALA dalam satu situasi untuk mengambil keputusan. Dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan, perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Tentu saja, individu yang lebih sulit dalam hidupnya mendapatkan lebih banyak

dukungan sosial daripada individu yang memiliki lebih sedikit kesulitan. Orang yang dapat menangani situasi sulit, cenderung kurang menerima dukungan sosial. Ini tidak dapat mencerminkan kualitas dukungan yang diterima setiap individu. Sarafino (1997) mengemukakan bahwa efektivitas dukungan, tergantung pada penilaian individu. Bantuan mulai berlaku ketika penerima manfaat individu memutuskan untuk memberikan bantuan yang memadai.

Akan tetapi, seringkali ditemukan resiliensi manusia dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup kurang maksimal. Manusia lebih memilih menyerah pada keadaan atau bahkan mengalami berbagai gangguan, baik dalam kemampuan sosial, mental ataupun fisik. Mereka tidak mampu menjaga keseimbangan dalam menghadapi tekanan yang kuat.

Beberapa penelitian yang mendukung mengenai dukungan sosial dan resiliensi yang telah dilakukan antara lain: 1) Penelitian Alaiya Choiril Mufidah (2017) yang dilakukan pada mahasiswa bidikmisi dari semua jurusan tahun angkatan 2016 di UIN Malang menunjukkan hasil adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi berdasarkan  $r = 0.308$  dengan taraf signifikansi 0.030. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi dalam diri seseorang. 2) Penelitian Paundra Kartika Permata Sari dan Endang Sri Indarwati (2016) menemukan adanya Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Universitas

Diponogoro dalam jurnal empati, april 2016, volume 5(2), 177-182. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik berdasarkan hasil koefisien korelasi sebesar 0,469 dengan  $p=0,000$  ( $p<0,001$ ). Yang artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa. 3) Winda Aprilia (2013) yang meneliti resiliensi dan pengaruh dukungan sosial pada orang tua tunggal (studi kasus pada ibu tunggal di Samarinda) penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi sedangkan untuk teknik analisa data menggunakan reduksi data dan penyajian data. Berdasarkan hasil wawancara, ketiga subjek mendapatkan dukungan dari keluarganya. Hal tersebut berdasarkan pernyataan dari informan M, Z, dan Y selaku kerabat subjek, mereka mendukung sepenuhnya untuk kebaikan subjek. Dukungan keluarga sangat membantu mereka dalam melakukan proses penyesuaian dengan kondisi sebagai ibu tunggal yang dialami. Selain dukungan dari keluarga ketiga subjek juga mengharapkan dukungan dari lingkungan sekitarnya Hal tersebut berdasarkan pernyataan informan D, S dan Q selaku rekan kerja subjek, mereka mendukung subjek terutama dalam hal pekerjaan. Mereka menyatakan bahwa rata-rata subjek mampu bekerja dengan baik. Ketiga subjek juga memiliki hubungan baik dengan orang lain disekitar mereka. Hubungan baik ini merupakan salah satu faktor yang penting bagi mereka,

sehingga ketiga subjek tersebut mampu bekerja dengan baik sesuai kemampuannya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertantang mengkaji tentang dukungan sosial dan resiliensi pada mahasiswa pencinta alam Tursina, dengan rumusan masalah sebagai berikut.

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat resiliensi pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Adakah hubungan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa pencinta Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini yakni sebagai berikut.

1. Menjelaskan tingkat dukungan sosial pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Menjelaskan tingkat resiliensi pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mempaparkan hubungan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

#### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun beberapa manfaat dari penelitian ini yakni sebagai berikut.

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi pengembangan ilmu pengetahuan atau ilmu psikologi khususnya di bidang resiliensi dan dukungan sosial dan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan resiliensi pada mahasiswa pencinta alam.

##### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

###### **a. Mahasiswa**

Ada banyak manfaat yang akan dirasakan oleh mahasiswa dalam penelitian ini diantaranya mahasiswa akan mengetahui keadaan yang terjadi pada dirinya, dan mampu menerima keadaan tersebut sehingga bisa mengambil pelajaran dan dapat mengembangkan sisi positif dan sisi spiritualnya.

###### **b. Peneliti selanjutnya**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu dapat mengetahui, memahami, dan menambah pengetahuan khususnya mengenai masalah resiliensi dan dukungan sosial.

c. Fakultas Psikologi

Penelitian ini dapat memberikan manfaat secara praktis dalam bidang psikologi terutama dalam bimbingan diri pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Resiliensi

##### 1. Definisi Resiliensi

Istilah Resiliensi pertama kali diformulasikan oleh Block dengan nama *ego-resilience*, yang diartikan sebagai kemampuan umum seseorang yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan dari internal maupun eksternal. Secara khusus *ego-resilience* merupakan suatu sumber kepribadian yang berfungsi membentuk kondisi lingkungan jangka pendek maupun jangka panjang, sehingga dapat memodifikasi tingkat karakter dan cara mengekspresikan pengendalian ego yang bisa dilakukan individu (Uyun, 2012).

Dalam perjalanannya, istilah resiliensi mengalami pengembangan pemaknaan. Diawali dengan penelitian rutter & garmezzy (dalam klohen, 1996), tentang anak-anak yang mampu bertahan dalam situasi penuh tekanan. Dua peneliti diatas menggunakan istilah resiliensi sebagai *descriptive labels* yang mereka gunakan untuk mendeskripsikan anak-anak yang mampu berfungsi secara baik walaupun mereka hidup dalam lingkungan buruk maupun tekanan.

Resiliensi adalah salah satu mekanisme pertahanan alami individu yang paling efektif (Masten & Reed, 2002), yang dianggap mampu



bereaksi secara efisien dengan kesulitan dan terkadang berkembang. Resiliensi alami ini merupakan kombinasi dari karakteristik pribadi dan keterampilan individu. Campuran kualitas ini dapat dikembangkan lebih lanjut secara mandiri.

Resiliensi merupakan proses untuk mengatasi pengaruh-pengaruh negatif dari paparan resiko-resiko kehidupan, keberhasilan menghadapi pengalaman-pengalaman traumatik dan kemampuan menghindari lintasan-lintasan negatif yang berhubungan dengan resiko-resiko kehidupan (Fergus & Zimmerman, 2005). Resiliensi memerlukan kehadiran baik faktor-faktor resiko maupun faktor-faktor promotif yang dapat membantu memberikan hasil positif atau mengurangi dan menghindari hasil-hasil yang negatif. Teori resilien meskipun menekankan pada pengungkapan faktor-faktor resiko pada remaja, namun berfokus pada kekuatan-kekuatan daripada terhadap kelemahan-kelemahan. Teori resilien memfokuskan pada pemahaman terhadap perkembangan yang sehat sekalipun berhadapan dengan banyak resiko kehidupan (Fergus & Zimmerman, 2005).

Resiliensi psikologis dicirikan oleh sebuah kemampuan untuk kembali secara segera (*to bounce back*) dari pengalaman emosi negatif, disamping dicirikan oleh adanya adaptasi yang fleksibel terhadap permintaan perubahan dari pengalaman-pengalaman yang penuh tekanan (Bonanno, 2005; Maddi & Kosaba, 2005; Tugade & Frederickson, 2004). Namun di sisi lain Stoltz berpendapat resiliensi

bukanlah daya lenting atau kemampuan *to bounce back* sebagaimana pendapat sebagian peneliti resiliensi di atas tetapi merupakan kapasitas manusia untuk diperkuat dan diperbaiki melalui tantangan-tantangan hidup. Sedangkan Siebert lebih memandang resiliensi sebagai kemampuan individu untuk menghadapi perubahan dalam tingkat tinggi yang dirasa mengganggu dengan cara yang baik. Individu yang resilien mampu pulih secara cepat serta mampu menyesuaikan diri terhadap kondisi kehidupan yang baru dengan meninggalkan cara lama yang tak lagi relevan tanpa melalui cara-cara yang membahayakan dirinya (Sholichatun, 2008)

Masten (2007) Resiliensi secara umum berorientasi pada cara beradaptasi yang positif ketika atau sesudah menghadapi suatu kondisi yang sulit atau suatu resiko. Resiliensi adalah ide atau cara yang mengacu pada kapasitas sistem dinamis untuk bertahan dan pulih dari gangguan (Utami & Helmi, 2017). Begitu juga dengan Grotberg (1995) menyatakan bahwa resiliensi adalah keterampilan umum yang memungkinkan individu, kelompok, atau komunitas lokal untuk mencegah, mengurangi atau mengatasi efek negatif dari kesulitan yang dialami. Dari beberapa penelitian di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk tidak menyerah dalam situasi sulit atau tekanan hidup. Dan selain mencoba, belajar, dan terus beradaptasi dengan kondisi ini sehingga individu dapat berdiri dari tekanan kuat yang telah terpapar dan menjadi lebih baik,

## 2. Aspek-Aspek Resiliensi

Menurut Cannor dan Davidson (2003) resiliensi terkait dengan lima hal, yaitu: (1) kompetensi personal, standar yang tinggi dan kegigihan, hal ini menunjukkan bahwa individu merasa mampu mencapai tujuannya dalam situasi kemunduran atau kegagalan. (2) Kepercayaan terhadap diri sendiri, memiliki toleransi terhadap efek negatif, dan kuat menghadapi stress, hal ini berkaitan dengan ketenangan dan coping terhadap stress, berfikir dengan hati-hati dan fokus meskipun dalam masalah. (3) Menerima perubahan secara positif dan dapat menjalin hubungan yang aman dengan orang lain, yaitu kemampuan beradaptasi dengan perubahan yang dihadapinya. (4) Pengendalian diri, dalam pencapaian tujuan dan bagaimana meminta bantuan pada orang lain. (5) Pengaruh spiritual, ialah yakin akan Tuhan dan nasib.

Reivich K. & Shatte A. (2002) menyebutkan ada tujuh aspek yang dapat membentuk resiliensi. Aspek-aspek tersebut ialah: (1) pengaturan emosi (*emotional regulation*), ialah kemampuan tetap tenang saat berada di bawah kondisi yang menekan. (2) Kontrol terhadap impuls (*impluse control*), ialah kemampuan untuk mengendalikan keinginan, kesukaan, dorongan, dan juga tekanan yang berasal dari diri. (3) Optimisme (*optimism*), ialah saat melihat masa depan cemerlang individu yang resilien merupakan individu yang optimis. (4) Kemampuan menganalisis masalah (*causal analyst*),

ialah kemampuan untuk menganalisis dan identifikasi penyebab dari masalah yang dihadapi secara tepat. (5) Empati (*empathy*), ialah kemampuan untuk memahami dan peduli pada orang lain. (6) Efikasi diri (*self efficacy*), ialah perasaan bahwa kita merupakan individu yang efektif dalam dunia. (7) Pencapaian (*reaching out*), ialah kemampuan untuk mengambil hikmah atau hal-hal positif dari kehidupan setelah kemalangan yang dideritanya.

**a. Regulasi Emosi**

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002). Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tanpa kemampuan untuk mengoordinasikan emosi merasa sulit untuk membangun dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Ini disebabkan oleh sejumlah faktor, dengan alasan sederhana bahwa tidak seorang pun ingin marah, meringis, khawatir cemas, dan terus-menerus menghabiskan waktu dengan kecemasan. Emosi yang cenderung memengaruhi orang lain. Semakin kita terlibat dalam kemarahan, makin kita menjadi pemarah (Reivich & Shatte, 2002).

Regulasi emosional didefinisikan sebagai kemampuan untuk tetap tenang dalam situasi yang penuh tekanan. Orang yang fleksibel menggunakan serangkaian keterampilan yang dikembangkan untuk mengendalikan emosi, minat, dan perilaku

mereka. Keterampilan organisasi penting untuk hubungan pribadi, kesuksesan bisnis, dan kesehatan fisik.

Individu tidak harus mengendalikan semua perasaan yang diderita seseorang, Anda tidak perlu mengurangi semua perasaan marah, sedih, cemas, dan rasa bersalah. Karena mengekspresikan emosi yang dirasakan secara permanen merupakan bagian dari fleksibilitas. Bahkan kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tetap merupakan bagian dari resiliensi (Reivich & Shatte, 2002).

#### **b. Kontrol Impuls**

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri (Reivich & Shatte, 2002). Individu dengan kontrol impuls yang buruk mengalami perubahan emosional langsung, pada akhirnya mengendalikan pikiran dan tindakan mereka. Mereka menunjukkan perilaku yang mudah marah, kehilangan kesabaran, dan bertindak dengan ceroboh dan agresif. Tentunya, perilaku yang ditunjukkan akan membuat orang merasa tidak nyaman dengan hubungan sosial pribadi buruk yang dihasilkan dengan orang lain.

Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan koordinasi emosinya.. Seorang individu yang

memiliki skor *Resilience Quotient* pada faktor pengendalian impuls (Reivich & Shatta, 2002).

### c. **Optimisme**

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka berpikir segalanya bisa berubah lebih baik. Mereka percaya bahwa mereka dapat mengendalikan arah hidup mereka dibandingkan dengan mereka yang percaya diri, lebih sehat, produktif di tempat kerja dan lebih pesimis dan optimis di masa depan. Mereka akan melakukannya. Ini adalah fakta yang dibuktikan oleh ratusan penelitian yang dikendalikan dengan baik.

Individu yang resilien adalah individu yang optimis, optimisme adalah ketika kita melihat bahwa masa depan kita cemerlang (Reivich & Shatte, 2002). Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menunjukkan bahwa mereka percaya mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah yang mungkin timbul di masa depan. Hal ini juga merefleksikan *self-efficacy* yang dimiliki oleh seseorang, yaitu keyakinan pribadi yang dapat menyelesaikan masalah yang ada dan mengendalikan hidupnya. Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan *self-efficacy*, hal ini karena optimisme di hadapan individu selalu mendorong kita untuk menemukan solusi untuk masalah dan terus bekerja keras untuk kondisi yang lebih baik. (Reivich & Shatte, 2002).

#### **d. Analisis kausal**

Kemampuan untuk menganalisis suatu masalah adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kemampuan seseorang untuk menentukan penyebab-penyebab suatu masalah. Jika individu tidak mampu memperkirakan penyebab-penyebab dari permasalahan mereka atau membuat kesalahan yang sama ketika seseorang tidak dapat secara akurat memprediksi penyebab-penyebab masalah. Maka individu tersebut akan membuat kesalahan yang sama.

Seligman (dalam Reivich & Shatte, 2002) mengidentifikasi gaya berfikir *explanatory* yang erat kaitannya dengan kemampuan *causal analysis* yang dimiliki individu. Gaya berfikir *explanatory* dapat dibagi dalam tiga dimensi: personal (saya-bukan saya), permanen (selalu-tidak selalu), dan *pervasive* (semua-tidak semua).

Individu dengan gaya berfikir “Saya-Selalu-Semua” merefleksikan keyakinan bahwa penyebab permasalahan berasal dari individu tersebut (Saya), hal ini selalu terjadi dan permasalahan yang ada tidak dapat diubah (Selalu), serta permasalahan yang ada akan mempengaruhi seluruh aspek hidupnya (Semua). Sementara individu yang memiliki gaya berfikir “Bukan saya-Tidak selalu-Tidak semua” meyakini bahwa permasalahan yang terjadi disebabkan oleh orang lain (Bukan Saya), diman kondisi tersebut masih memungkinkan untuk diubah

(Tidak Selalu), dan permasalahan yang ada tidak akan mempengaruhi sebagian besar hidupnya (Tidak Semua).

Individu yang resilien adalah individu dengan fleksibilitas kognitif. Mereka dapat menentukan semua alasan ketidakpuasan mereka tanpa jatuh ke dalam pola berpikir deskriptif. Mereka tidak mengabaikan faktor permanen atau luas. Orang yang resilien lainnya tidak akan menolak kesalahan yang mereka lakukan untuk mempertahankan harga diri mereka dan membebaskan diri dari rasa bersalah. Mereka tidak terlalu fokus pada faktor-faktor yang tidak mereka kendalikan, tetapi mereka fokus pada penyelesaian masalah dan memiliki kontrol penuh, dan perlahan-lahan mulai mengatasi masalah yang ada, menjalani hidup, berhasil dan meraih kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

#### **e. Empati**

Kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasakan empati, memecahkan masalah, dan mengasumsikan perspektif orang lain. Emosi berkaitan erat dengan kemampuan seseorang untuk membaca tanda-tanda keadaan emosi dan psikologis orang lain (Reivich & Shatte. 2005). Beberapa individu memiliki kemampuan untuk menguasai bahasa non-verbal yang disajikan oleh orang lain, termasuk ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan kemampuan untuk menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Karena itu, orang dengan



kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif (Reivich & Shatte, 2002).

**f. Efikasi diri**

*Self-efficacy* adalah keyakinan pada seseorang yang dapat memecahkan masalah yang dia hadapi dalam keyakinannya pada kemampuannya untuk berhasil. Individu dengan *self-efficacy* tinggi didedikasikan untuk pemecahan masalah dan tidak akan menyerah menemukan bahwa strategi mereka sedang disalahgunakan. Sangat mudah untuk berinteraksi dengan orang yang efektif. Individu sepenuhnya percaya diri dengan kemampuan mereka, sehingga tidak ada keraguan. Orang ini akan segera mengalami kesulitan dan dapat menyelamatkan dirinya dari kegagalan yang telah dialaminya (Bandura, 1994).

**g. Pencapaian**

Pencapaian menggambarkan kemampuan individu untuk mencapai keberhasilan. Dalam hal ini, masalahnya adalah tantangan, bukan ancaman, jadi ini tentang keberanian seseorang yang mencoba mengatasi masalah tersebut. Sebagaimana dijelaskan di atas, fleksibilitas lebih dari kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan dan ketinggian dari kesulitan, tetapi lebih dari fleksibilitas individu yang mencapai sisi positif kehidupan setelah kesengsaraan yang terjadi. Itu juga termasuk kemampuan (Reivich & Shatte, 2002).

### **3. Faktor-Faktor Resiliensi**

Pengembangan kemampuan seseorang yang resilien di masa depan dipengaruhi oleh faktor-faktor dan sumber-sumber yang berkontribusi padanya, baik pada individu, komunitas maupun di tingkat masyarakat.

Everall, et al., (2006) memaparkan tiga faktor yang mempengaruhi resiliensi, yaitu:

#### **1. Faktor Individual**

Faktor individu yang memengaruhi resiliensi termasuk kemampuan kognitif pribadi, konsep diri, harga diri, dan keterampilan sosial yang dimiliki individu. Menurut Holladay (1997), kemampuan kognitif memiliki dampak signifikan pada resiliensi individu. Melalui keterampilan kognitif, individu dapat percaya bahwa bencana terjadi bukan hanya karena kelalaian, tetapi juga karena kehendak Tuhan Yang Maha Kuasa, begitu juga akibatnya, individu akan berfikir untuk tidak menyesali apa yang terjadi dan berusaha memaknainya serta berusaha menumbuhkan kembangkan semangat dan optimalisasi kemampuan berpikir untuk menjadi pulih seperti sedia kala. Untuk kembali pulih diperlukan tingkat intelegensi yang minimal, yaitu pada tingkat rata-rata.

Pada diri individu untuk berkembangnya resiliensi sangat terkait erat dengan kemampuan untuk memahami dan menyampaikan sesuatu lewat bahasa yang tepat, melalui kemampuan membaca, dan berkomunikasi secara non verbal. Resiliensi juga dikaitkan dengan

kemampuan individu untuk melepaskan pikiran dari trauma dengan memanfaatkan fantasi dan harapan-harapan yang ditumbuhkan pada diri individu yang bersangkutan. Dengan demikian diyakini bahwa individu memiliki intelegensi yang tinggi memiliki resilien yang lebih tinggi juga dibandingkan dengan individu yang berintelegensi rendah.

## 2. Faktor Keluarga

Faktor keluarga meliputi dukungan orang tua, yaitu bagaimana orang tua memperlakukan dan melayani anak. Keterkaitan emosi dan batin antara anggota keluarga sangat diperlukan dalam mendukung pemulihan individu-individu yang mengalami stress dan trauma. Keterkaitan anggota keluarga sangat berpengaruh dalam pemberian dukungan terhadap anggota keluarga yang mengalami musibah untuk dapat pulih dan memandang kejadian tersebut secara objektif. Begitu juga dalam rangka menumbuhkan dan meningkatkan resiliensi. Selain dukungan dari orang tua, struktur keluarga juga berperan penting bagi individu. Struktur keluarga yang lengkap terdiri dari ayah, ibu, dan anak akan mudah menumbuhkan resiliensi dan sebaliknya keluarga yang tidak utuh dapat menghambat tumbuh kembang resiliensi.

## 3. Faktor komunitas

Delgado (1995) menambahkan dua hal terkait dengan faktor komunitas, yaitu:

### a. Gender

Gender memberikan kontribusi bagi resiliensi individu. Resiko kerentanan terhadap tekanan emosional, perlindungan terhadap situasi yang mengandung resiko, dan respon terhadap kesulitan yang dihadapi dipengaruhi oleh gender.

b. Keterikatan dengan kebudayaan

Keterikatan dengan budaya meliputi keterlibatan seseorang dalam aktivitas-aktivitas terkait dengan budaya setempat berikut ketaatan terhadap nilai-nilai yang diyakini dalam kebudayaan tersebut. Beuf (1990) mengungkapkan bahwa resiliensi dipengaruhi secara kuat oleh kebudayaan, baik sikap-sikap yang diyakini dalam suatu budaya, nilai-nilai, dan standard kebaikan dalam suatu masyarakat.

#### **4. Sumber Resiliensi**

Menurut Grothberg (1995) ada tiga sumber dari resiliensi adalah sebagai berikut:

##### **a. I Have**

I Have merupakan dukungan dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan ini dapat berupa hubungan keluarga yang baik, lingkungan sekolah yang nyaman, atau hubungan dengan anggota yang bukan keluarga. Melalui I Have, seseorang merasa bahwa seseorang sedang membangun hubungan kepercayaan. Jenis hubungan ini berasal dari orang tua yang mencintai dan menerima anak-anak, keluarga lain, guru, dan teman.

Orang yang tangguh juga dapat memperoleh dukungan kemandirian dan membuat keputusan berdasarkan pemikiran dan inisiatif mereka. Dukungan orang tua dan keluarga lain dapat sangat membantu dalam membentuk sikap mandiri dalam diri seseorang. Orang tua mendukung dan melatih anak-anak mereka untuk mengambil inisiatif dalam menggunakan "kekuatan" mereka untuk membuat keputusan yang bebas dari orang lain.

##### **b. I Am (kemampuan individu)**

I am, adalah kekuatan yang ada dalam diri seseorang, dan kekuatan ini termasuk emosi, tindakan, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya. Orang yang tangguh merasa bahwa mereka memiliki sifat yang menarik dan perhatian. Ini ditandai dengan

upaya mereka untuk dicintai dan dicintai oleh orang lain. Mereka juga peka terhadap emosi orang lain dan memahami apa yang orang lain harapkan darinya. Kami juga merasa bahwa mereka memiliki empati dan sikap yang sangat memperhatikan orang lain. Mereka menunjukkan emosi melalui sikap belas kasih terhadap apa yang terjadi pada orang lain. Mereka juga mencoba membantu orang lain mengatasi masalah dan ketidaknyamanan yang dialami orang lain.

Orang yang tangguh bangga akan diri mereka sendiri. Mereka bangga dengan apa yang telah mereka capai. Ketika mereka menghadapi masalah atau kesulitan, kepercayaan diri dan harga diri yang lebih besar dapat membantu mengatasi kesulitan-kesulitan ini. Mereka mandiri dan merasa bertanggung jawab penuh. Mereka dapat melakukan banyak hal dengan keterampilan mereka. Mereka bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan dan berani menanggung semua konsekuensinya.

Selain itu mereka juga penuh harapan dan kesetiaan. Mereka percaya mereka memiliki masa depan yang baik. Mereka memiliki iman dan kesetiaan pada moralitas dan keilahian.

**c. I Can (kemampuan sosial dan interpersonal)**

I Can adalah kemampuan anak-anak untuk mengembangkan hubungan sosial dan interpersonal. Keterampilan ini dapat dipelajari dengan semua orang di sekitar mereka melalui instruksi

mereka. Individu juga memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dan menyelesaikan masalah dengan sukses. Mereka pandai mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka.

Kemampuan untuk mengendalikan emosi dan perasaan juga terlihat pada individu yang resilien. Mereka dapat mengenali perasaan mereka dan mengungkapkannya dengan kata-kata dan tindakan yang tidak membahayakan perasaan dan hak orang lain. Mereka dapat mengendalikan keinginan untuk mencari suntikan, melarikan diri dari masalah, atau sesuatu yang tidak berjalan dengan baik.

Mereka juga dapat memahami karakteristik diri sendiri dan orang lain. Ini membantu seseorang mengetahui waktu yang mereka butuhkan untuk berkomunikasi dan bagaimana dia dapat menangani berbagai jenis situasi. Selain itu, orang yang fleksibel dapat menemukan seseorang untuk meminta bantuan, berbagi emosi dan masalah, dan menemukan cara untuk menyelesaikan masalah pribadi dan pribadi.

## **B. Dukungan Sosial**

### **1. Definisi Dukungan Sosial**

Sarafino (1997) mendefinisikan dukungan sosial sebagai perasaan nyaman, penghargaan, perhatian, atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain atau kelompoknya. Cohen dan Syrne (1985) mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu keadaan yang bermanfaat atau menguntungkan yang diperoleh individu dari orang lain baik berasal dari hubungan sosial struktural yang meliputi keluarga, teman, dan lembaga pendidikan maupun berasal dari hubungan sosial yang fungsional yang meliputi dukungan emosi, informasi, penilaian dan instrumental. Sarafino (1997) juga menyampaikan lima bentuk dukungan sosial, yaitu: Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan jaringan sosial (Aprilia, 2013).

Sarason (1990) mendefinisikan dukungan sosial sebagai keberadaan atau tersedianya seseorang yang dapat kita percaya, seseorang yang kita tau bahwa dia mengerti, menghargai, dan mencintai kita. Sarason juga mengatakan bahwa dukungan sosial selalu mencakup dua hal penting, yaitu persepsi bahwa da sejumlah orang yang dapat diandalkan oleh individu pada saat ia membutuhkan bantuan dan derajat kepuasan akan dukungan yang diterima berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya terpenuhi. Rook menyatakan bahwa dukungan sosial adalah salah satu fungsi dari



ikatan sosial, ikatan persahabatan dengan orang lain merupakan salah satu aspek yang mampu memberikan kepuasan emosional dalam kehidupan individu, dalam artian ketika seseorang didukung oleh lingkungan, maka segala sesuatu yang mereka lakukan akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa senang, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten. (Maria, 2017)

Menurut Chaplin (2005) Dukungan adalah mengadakan atau menyediakan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan orang lain, serta memberikan dorongan atau pengobatan semangat atau nasihat kepada orang lain dalam satu situasi dalam mengambil keputusan. Dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik (Marni dan Yuniawati, 2015).

Berdasarkan pada beberapa teori yang mengemukakan tentang dukungan sosial diatas, bahwa dukungan sosial yaitu berupa dukungan pada seseorang dalam menghadapi masalah seperti nasihat, kasih sayang, perhatian, petunjuk, dan dapat juga berupa barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga maupun teman. Semakin banyak orang

yang memberikan dukungan sosial maka akan semakin sehat kehidupan seseorang.

## **2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial**

Aspek-aspek dukungan sosial menurut Schaefer, Coyne, Lazarus (Mufidah, 2017) membagi dukungan sosial kedalam 5 aspek, yaitu: 1). Dukungan emosi (*Emotional Support*), 2). Dukungan penghargaan (*Esteem Support*), 3). Dukungan instrumental (*Tangible or Instrumental Support*), 4). Dukungan informasi (*Informational Support*), 5). *Network Support*. Begitu juga dengan House yang berpendapat bahwa ada empat aspek dukungan sosial, yaitu: Dukungan emosional, Dukungan penghargaan, Dukungan instrumental, Dukungan informatif.

Sarafino (1997) juga mengemukakan dukungan sosial meliputi empat aspek, yaitu: (1) Dukungan emosional. Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluhan orang lain. (2) Dukungan penghargaan. Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain. (3) Dukungan instrumental. Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas

tertentu. (4) Dukungan informasi. Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan, dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

Cohen & Hoberman (1983) juga menguraikan beberapa aspek yang saling berhubungan untuk menggambarkan dukungan sosial, yaitu:

**a. *Appraisal Support***

*Appraisal support* atau dukungan informasional yaitu bantuan yang berupa informasi atau nasihat yang berkaitan dengan pemecahan suatu masalah untuk membantu mengurangi *stressor*. Dukungan ini menumbuhkan perasaan memiliki kasih sayang, merasa diperhatikan, dan meningkatkan kemampuan untuk mengevaluasi diri.

**b. *Tangible Support***

*Tangible support* atau dukungan instrumental merupakan bantuan nyata yang berupa tindakan atau bantuan fisik dalam menyelesaikan tugas. Dukungan ini merupakan dukungan langsung yang dapat berupa jasa, waktu, atau uang. Dukungan ini dapat menumbuhkan perasaan individu bahwa ia memiliki seseorang yang dapat memberikan pertolongan dan bantuan di situasi yang sulit.

**c. *Self Esteem Support***

*Self esteem support* merupakan dukungan yang diberikan oleh orang lain terhadap perasaan kompeten atau harga diri individu

atau perasaan seseorang sebagai bagian dari sebuah kelompok dimana para anggotanya memiliki dukungan yang berkaitan dengan *self-esteem* seseorang. Dukungan ini berperan dalam menumbuhkan perasaan dihargai, dibanggakan, dihormati, dan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri individu.

***d. Belonging Support***

*Belonging support* merupakan dukungan yang menunjukkan perasaan diterima menjadi bagian dari suatu kelompok dan rasa kebersamaan. Dukungan ini memungkinkan individu merasakan perasaan diterima dan memiliki suatu kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk saling berbagi segala hal baik maupun yang buruk.

**3. Faktor-Faktor Dukungan Sosial**

Myers (2012) mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor penting yang menyebabkan seseorang untuk memberikan dukungan positif kepada orang lain diantaranya:

a. Empati

Empati yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

b. Norma dan nilai sosial

Norma dan nilai sosial berguna membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan. Individu menerima

norma dan nilai sosial dari lingkungan yang berkembang menjadi pengalaman sosial. Norma dan nilai tersebut mengarahkan individu dalam bertingkah laku dan kewajiban yang harus dijalankan dalam kehidupan sosialnya.

c. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial merupakan hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi. Keseimbangan dalam peukuran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.

#### **4. Sumber Dukungan Sosial**

Goetlieb mengatakan bahwa ada dua macam hubungan dalam dukungan sosial yaitu, profesional yang bersumber dari orang-orang ahli seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter, maupun pengacara. Serta hubungan non profesional yang bersumber dari orang-orang terdekat seperti keluarga, teman, maupun relasi. Dukungan sosial dapat terjadi untuk siapa saja yang berada di lingkungan sekitar (Kusrini dan Prihartanti, 2014).

Dalam penelitian ini, dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang berada di lingkungan sekitar seperti keluarga, sahabat, teman, dosen/pengajar/pendidik dan lain sebagainya, yang memiliki hubungan dekat dengan individu.

### **C. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi**

Reivich dan Shatte mengatakan bahwa “semua orang membutuhkan resiliensi”, karena resiliensi adalah kemampuan untuk merespon dengan cara yang sehat dan produktif ketika dihadapkan dengan kesulitan dan trauma. Resiliensi digambarkan sebagai kapasitas individu untuk pemeliharaan, pemulihan atau peningkatan kesehatan mental serta mampu beradaptasi terhadap tantangan hidup yang penuh tekanan dan kemampuan individu untuk melakukan perubahan dan transformasi dari tekanan hidup yang sulit. Begitu juga dengan Grotberg (1995) yang menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan umum yang mengizinkan seseorang, kelompok atau komunitas untuk mencegah, meminimalisasi atau mengatasi resiko yang negatif dari kesulitan.

Resiliensi merupakan proses untuk mengatasi pengaruh-pengaruh negatif dari paparan resiko-resiko kehidupan, keberhasilan menghadapi pengalaman-pengalaman traumatik dan kemampuan menghindari lintasan-lintasan negatif yang berhubungan dengan resiko-resiko kehidupan (Fergus & Zimmerman, 2005). Resiliensi memerlukan kehadiran baik faktor-faktor resiko maupun faktor-faktor promotif yang dapat membantu memberikan hasil positif atau mengurangi dan menghindari hasil-hasil yang negatif. Teori resilien meskipun menekankan pada pengungkapan faktor-faktor resiko pada remaja, namun berfokus pada kekuatan-kekuatan daripada terhadap kelemahan-kelemahan. Teori resilien memfokuskan

pada pemahaman terhadap perkembangan yang sehat sekalipun berhadapan dengan banyak resiko kehidupan (Fergus & Zimmerman, 2005).

Sarafino (1997) mendefinisikan dukungan sosial sebagai perasaan nyaman, penghargaan, perhatian, atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain atau kelompoknya. Cohen dan Syrne (1985) mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu keadaan yang bermanfaat atau menguntungkan yang diperoleh individu dari orang lain baik berasal dari hubungan sosial struktural yang meliputi keluarga, teman, dan lembaga pendidikan maupun berasal dari hubungan sosial yang fungsional yang meliputi dukungan emosi, informasi, penilaian dan instrumental. Sarafino (1997) juga menyampaikan lima bentuk dukungan sosial, yaitu: Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan jaringan sosial (Aprilia, 2013).

Menurut Caplan dan Killea, dukungan sosial dari orang-orang yang berada disekitar individu dapat menjadikan diri individu lebih resilien. Menurut Hafferon & boniwell (2011) dukungan sosial juga bisa mempengaruhi stabilitas perilaku individu. Begitu juga dengan meningkatkan efikasi diri serta resiliensi individu saat individu mengalami kendala-kendala dalam hidupnya. Dan dari salah satu penelitian memaparkan bahwa faktor eksternal yang bisa membuat semangat dan yakin bisa menyelesaikan masalah adalah ketika individu tersebut merasa selalu mendapat dukungan positif dari orang-orang terdekatnya. Dengan begitu jika semangat mereka mengendur akan ada pemberi dukungan

positif yang memberikan dampak positif dalam pencapaian resiliensi yang baik. Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Mufidah (2017) dimana ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi berdasarkan  $r = 0.308$  dengan taraf signifikansi 0.030. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi dalam diri seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Werner yang dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang dapat sukses beradaptasi pada saat dewasa pada konteks terdapat tekanan (resiliensi) menyandarkan sumber supportnya pada keluarga dan komunitasnya (Mufidah, 2017)

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Untuk mempermudah menjawab permasalahan yang dihadapi dalam penelitian dan untuk dapat lebih mengarah pada permasalahan yang ada maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

$H_1$  = Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

$H_0$  = Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode pengujian teori tertentu dengan memeriksa hubungan antar variabel. Variabel diukur sehingga data numerik dapat dianalisis sesuai dengan prosedur statistik (Creswell, 2010)

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif korelasional. Korelasional bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variabel bebas berkaitan atau berhubungan dengan variabel terikat, serta mengetahui korelasi yang terjadi pada setiap variabel apakah berkorelasi positif atau bahkan tidak berkorelasi (Azwar, 2007). Penelitian ini mengetahui apakah berkaitan atau berhubungan antara variabel bebas yakni dukungan sosial dengan variabel terikat yakni resiliensi pada mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel bebas (*independent variable*) merupakan variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain. Variabel bebas dipenelitian ini ditandai dengan simbol (X), sedangkan variabel terikat ditandai dengan simbol (Y) (Sugiyono, 2011).

Penelitian ini memiliki satu variabel bebas (x) dan satu variabel terikat (y)

Variabel Bebas (x) : Dukungan Sosial

Variabel Tergantung (y) : Resiliensi

### **C. Definisi Oprasional Variabel Penelitian**

Definisi oprasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang akan dirumuskan berdasarkan pada indikator-indikator variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2007). Definisi oprasional variabel dalam penelitian ini adalah:

#### **1. Resiliensi**

Resiliensi mengacu pada teori Reivich dan Shatte (2002) adalah kemampuan mahasiswa pencinta alam untuk tidak menyerah dan tetap bertahan, pada keadaan sulit atau tekanan dalam hidupnya serta terus berusaha belajar, dan beradaptasi dengan keadaan tersebut sehingga individu dapat bangkit dari tekanan berat yang dialaminya dan menjadi lebih baik. Menurut Reivich dan Shatta, aspek resiliensi meliputi : Regulasi emosi, Pengendalian implus, Optimis, Empati, Analisis penyebab masalah, Efikasi diri, dan Peningkatan aspek positif

#### **2. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial mengacu pada teori Sarafino adalah bantuan yang diterima oleh mahasiswa pencinta alam dari orang-orang terdekat seperti pembina, teman-teman, para senior, yang memberikan efek nyaman, merasa dicintai, dihargai, dan dilindungi. Dukungan sosial tersebut meliputi (*Appraisal Support*) dukungan informasional, (*Tangible*

*Support*) dukungan instrumental, (*self Esteem Support*) dukungan harga diri, (*belonging support*) dukungan penerimaan.

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi Penelitian**

Sugiyono menjelaskan populasi sebagai bagian yang digeneralisasikan yang terdiri dari obyek atau subyek yang telah ditetapkan berdasarkan kuantitas dan karakteristik yang ingin dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah anggota mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjumlah 249 orang dan terdiri dari 52 anggota aktif yaitu masih berstatus mahasiswa dan 197 anggota non aktif yaitu anggota yang sudah menjadi alumni .

##### **2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari komunitas yang diteliti. Sampel dapat mewakili atau fungsi populasi, sehingga hasil studi model dapat digeneralisasi ke populasi. Karena sampel adalah bagian dari populasi, model harus memiliki karakteristik populasi. Model ini merupakan representasi populasi yang baik dan tergantung pada seberapa mirip karakteristik sampel dengan karakteristik populasi (Latipah, 2012). Sampel juga bagian dari jumlah dan karakteristik populasi yang telah ditentukan (Sugiyono, 2011).

Arikunto (2006) menganjurkan apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi selanjutnya, jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10%-15% atau 20%-25% atau lebih. Tergantung setidak-tidaknya dari :

- 1) Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, dana, dan juga tenaga.
- 2) Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal itu menyangkut banyak sedikitnya data.

Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti. Untuk penelitian yang resikonya besar, tentu saja jika sampel besar, hasilnya akan lebih baik.

Sampel yang akan di ambil dalam penelitian ini adalah semua anggota aktif MAPALA Tursina yang berjumlah 52 mahasiswa dimana terdapat 33 anggota laki-laki dan 19 anggota perempuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampel* , dimana teknik ini digunakan dengan menentukan kriteria khusus terhadap sampling.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data merupakan langkah yang sangat penting dalam penelitian ilmiah, karena data yang dihasilkan ini diharapkan digunakan untuk menjawab sekaligus memecahkan permasalahan yang ada. Oleh karena itu, metode pengumpulan data yang digunakan harus dapat mendukung kegiatan penelitian. Beberapa metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

## 1. Skala

Teknik ini merupakan teknik utama dalam penelitian ini. Menurut Saifudin Azwar (2005), Skala adalah serangkaian pertanyaan yang disusun untuk menemukan atribut tertentu melalui jawaban atas pertanyaan-pertanyaan ini. Unsur tunggal pertanyaan atau afirmasi adalah sebagai stimulus pada skala yang memancing respons dari topik yang disebut item. Jenis tangga yang digunakan adalah tangga yang lebih menjilat. Skala likert menggunakan serangkaian pernyataan untuk mengukur sikap berdasarkan respons rata-rata. Pernyataan-pernyataan ini dapat mendukung (*Favourable*) atau tidak mendukung (*Unfavourable*). Setelah deklarasi dibuat, survei didistribusikan dan disurvei oleh sejumlah besar responden yang akan diteliti. Responden diminta untuk menunjukkan tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka dengan pernyataan tersebut (Abu Ahmadi, 1999). Dalam penelitian ini disediakan 4 pilihan jawaban yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala likert menggunakan pengukuran ordinal (M. Nazir, 1985). Sehingga skor untuk masing-masing jawaban pertanyaan *favourable* adalah 1= Sangat Tidak Sesuai (STS), 2= Tidak Sesuai (TS), 3= Sesuai (S), dan 4 = Sangat Sesuai (SS). Sementara untuk jawaban pernyataan *unfavourable* skornya adalah 1 = Sangat Sesuai (SS), 2 = Sesuai (S), 3 = Tidak Sesuai (TS), 4 = Sangat Tidak Sesuai (STS). Peneliti menggunakan skor 1 sampai 4 untuk menghindari jawaban netral,

yakni antara sesuai dan tidak sesuai. Nilai skor pada setiap respon aitem skala yang disusun sebagai berikut:

Tabel 3.1

Respon Jawaban Skala

<b>Jawaban</b>	<b>Skor <i>Favorable</i></b>	<b>Skor <i>Unfavorable</i></b>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

## 2. Wawancara

Esterberg (2002) mendefinisikan interview sebagai berikut. “a meeting of two persons to exchange information and idea through question and responses, resulting in communication and joint construction of meaning about a particular topic”. Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri

sendiri atau self-report, atau setidaknya pada pengetahuan atau keyakinan pribadi (Sugiyono, 2008).

## F. Instrumen Penelitian

### 1. Skala Resiliensi

Dalam pengambilan data peneliti menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek pada resiliensi menurut teori Reivich & Shattah yaitu aspek regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian.

Tabel 3.2

*Blueprint Skala Resiliensi*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		$\Sigma$
			F	UF	
1	Regulasi emosi	Kemampuan untuk tetap tenang ketika berada dibawah tekanan	1, 8,	15, 22,	7
		Individu dapat mengendalikan emosi, perhatian dan prilakunya	29, 36.	39.	
		Bijak dalam menghadapi masalah/tekanan			
2	Kontrol impuls	Kemampuan untuk beradaptasi dalam menghadapi kesedihan	2, 16,	9.	6
		Kemampuan berfikir jernih terhadap keinginan	23, 30,		

			37.		
3	Optimis me	Yakin terhadap apa yang akan dia lakukan	3, 10, 31.	17, 24, 38.	6
		Memiliki harapan akan masa depan			
		Percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah			
4	Analisis kausal	Mampu menguraikan penyebab masalah	18, 25, 32.	4, 11.	5
		Mampu mengidentifikasi masalah dengan baik			
5	Empati	Dapat memposisikan diri terhadap perasaan orang lain	5, 19, 26.	12.	4
		Kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain			
6	Efikasi diri	Yakin akan kemampuan diri sendiri terhadap penyelesaian masalah	6, 20, 27, 34.	13.	5
7	Pencapai an	Keyakinan diri untuk bangkit dari kemalangan	7, 14, 35, 41, 33,	21, 28, 42.	9
		Mampu berfikir positif setelah mengalami kemalangan			
		Berani mengambil resiko dan			



		mengoptimalkan kemampuan	40.		
Total			28	14	42

## 2. Skala Dukungan Sosial

Dalam pengambilan data peneliti menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek pada resiliensi menurut teori Sarafino yaitu aspek *Appraisal Support*, *Tangible support*, *Self esteem support*, *Belonging support*.

Tabel 3.3

### *Blueprint Dukungan Sosial*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		$\Sigma$
			F	UF	
1	<i>Appraisal Support</i>	Memiliki seseorang yang mampu memberikan sumbangan pemikiran dalam menyelesaikan masalah	2,9,16 , 21,25,	1,10, 26, 32,4	11
		Memiliki seseorang yang bisa diandalkan secara pemikiran	34.	0.	
2	<i>Tangible support</i>	Memiliki dukungan tenaga atau tindakan dari seseorang	6,11, 22,17,	14, 3,	10
		Memiliki seseorang yang bisa diandalkan secara tindakan	27,37, 33.	29.	
3	<i>Self</i>	Memiliki seseorang yang mampu	7,	4,	10

	<i>esteem support</i>	meningkatkan kepercayaan diri akan kompetensi yang dimiliki	12, 18, 23, 38, 28.	15, 30, 36.	
		Memiliki seseorang atau kelompok yang menghargai proses/usaha yang dilakukan			
4	<i>Belonging support</i>	Memiliki seseorang atau kelompok yang bisa menerima dalam kondisi apapun	8, 13, 20, 24, 42.	5, 19, 31, 39, 35, 41.	11
		Memiliki seseorang atau kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk saling berbagi segala hal baik maupun yang buruk			
Total			24	18	42

Instrumen-instrumen yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengungkap hubungan dukungan sosial dan resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas seringkali diartikan sebagai sejauh mana tes mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Jika hasil pengukuran dapat diperoleh berdasarkan tujuan pengukuran, maka keefektifan pengujian dan instrumentasi dapat dikatakan tinggi (Azwar, 2014).

Teknik yang dilakukan dalam uji validitas adalah teknik korelasi *product moment*. Azwar menyarankan bahwa sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total biasanya digunakan batasan  $p > 0,3$ . Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,3 maka aitem tersebut dikatakan valid. Sebaliknya apabila hasil yang didapatkan  $p < 0,3$  maka aitem tersebut dikatakan tidak valid dan gugur. Adapun pengujian validitas instrumen menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16.0 for windows.

Tabel 3.4

*Blueprint Aitem-aitem Valid Skala Resiliensi*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		$\Sigma$
			F	UF	
1	Regulasi emosi	Kemampuan untuk tetap tenang ketika berada dibawah tekanan	1,	15,	5
			8.	22,	
		Individu dapat mengendalikan emosi, perhatian dan prilakunya		39.	

		Bijak dalam menghadapi masalah/tekanan			
2	Kontrol impuls	Kemampuan untuk beradaptasi dalam menghadapi kesedihan	2, 16,	9.	6
		Kemampuan berfikir jernih terhadap keinginan	23, 30, 37.		
3	Optimisme	Yakin terhadap apa yang akan dia lakukan	3, 10,	17, 24.	5
		Memiliki harapan akan masa depan	31.		
		Percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah			
4	Analisis kausal	Mampu menguraikan penyebab masalah	18,	4,	4
		Mampu mengidentifikasi masalah dengan baik	32.		
5	Empati	Dapat memposisikan diri terhadap perasaan orang lain	19, 26.	12.	3
		Kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain			
6	Efikasi diri	Yakin akan kemampuan diri sendiri terhadap penyelesaian masalah	6, 20, 27.	13.	4

7	Pencapaian	Keyakinan diri untuk bangkit dari kemalangan	7, 14,	21, 28.	7
		Mampu berfikir positif setelah mengalami kemalangan	35, 33,		
		Berani mengambil resiko dan mengoptimalkan kemampuan	40.		
		Total	22	12	

Tabel 3.5

*Blueprint Aitem-aitem Valid Dukungan Sosial*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		$\Sigma$
			F	UF	
1	<i>Appraisal Support</i>	Memiliki seseorang yang mampu memberikan sumbangan pemikiran dalam menyelesaikan masalah	2,9,16, 21,25, 34.	1,10, 26, 32, 40.	11
		Memiliki seseorang yang bisa diandalkan secara pemikiran			
2	<i>Tangible support</i>	Memiliki dukungan tenaga atau tindakan dari seseorang	6, 22,17, 27,37, 33.	14, 3.	8
		Memiliki seseorang yang bisa diandalkan secara tindakan			
3	<i>Self</i>	Memiliki seseorang yang mampu	12,	4,	9

	<i>esteem support</i>	meningkatkan kepercayaan diri akan kompetensi yang dimiliki	18, 23, 38, 28.	15, 30, 36.	
4	<i>Belonging support</i>	Memiliki seseorang atau kelompok yang bisa menerima dalam kondisi apapun	8, 13, 20, 24.	19, 31, 39, 35, 41.	9
		Memiliki seseorang atau kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk saling berbagi segala hal baik maupun yang buruk			
Total			21	16	37

## 2. Reliabilitas

Uji reliabilitas berkaitan dengan keterandalan suatu indikator, informasi yang ada pada indikator ini tidak berubah-ubah, atau yang disebut dengan konsisten. Artinya, bila suatu pengamatan dilakukan dengan perangkat ukur yang sama lebih dari satu kali, hasil dari pengamatan ini seharusnya sama. Bila tidak sama, dikatakan perangkat ukur tersebut tidak reliabel (Priyono, 2008).

Tabel 3.6

## Kisi-kisi Kriteria Koefisien Reliabilitas

Skor	Klasifikasi
$\geq 0.9$	Sangat Bagus
0,8 – 0,89	Bagus
0,7-0,79	Cukup Bagus
0,6-0,69	Kurang Bagus
$\leq 0, 6$	Tidak Bagus

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan uji *Alpha Cronbach* melalui *SPSS ver.16.0 for windows*. Reliabilitas aitem dapat dilihat pada koefisien Alpha dengan menggunakan *Reliability Analysis*. Melalui analisis tersebut, nilai Alpha Cronbach untuk reliabilitas keseluruhan aitem aitem dalam satu variabel akan terlihat. Aitem dikatakan reliabel apabila nilai Alpha Cronbach ( $\alpha$ )  $> 0,6$ .

## H. Teknik Analisis Data

Setelah data hasil penelitian yang dikumpulkan oleh peneliti, data tersebut akan di analisis dengan proses pengolahan data dengan menggunakan bantuan *microsoft Office Exel 2007* dan *SPSS ver.16.0 for windows*. Adapun langkah-langkah yang akan dilakukan adalah sebagai berikut.

### 1. Menghitung Mean

Mean (M) atau disebut dengan rata-rata angka yang diperoleh dengan membagi jumlah nilai-nilai ( $\sum x$ ) dengan jumlah individu (N). Berikut rumus untuk mencari mean:

$$M = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan :

M : Mean

$\sum x$  : Jumlah nilai

N : Jumlah individu

## 2. Standar Deviasi (SD)

Berikut rumus untuk mencari standar deviasi :

$$SD = \sqrt{\frac{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}}{n - 1}}$$

$$SD = \frac{\sum (x - M)^2}{N}$$

keterangan :

SD : Standar deviasi

M : Mean

X : Nilai yang dimiliki individu

N : Jumlah individu

## 3. Kategorisasi

Setelah melakukan perhitungan mean dan standar deviasi, maka langkah selanjutnya yaitu melakukan kategorisasi dengan rumus sebagai berikut :



Tabel 3.7

Rumus Kategorisasi

KATEGORI	RUMUS
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$
Sedang	$(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
Rendah	$X \leq (M - 1SD)$

Keterangan :

M : Mean

SD : Standar deviasi

4. Analisis Prosentase

Menghitung prosentase dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Prosentase

F : Frekuensi

N : Jumlah subyek

## I. Uji Hipotesis

### 1. Analisis Korelasi

Analisis dilakukan untuk melihat hubungan dari hasil pengukuran dua variabel yang diteliti, yaitu mengetahui derajat hubungan antara variabel X (dukungan sosial) dengan variabel Y (resiliensi).

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{n \sum x^2 - (\sum x)^2} \sqrt{n \sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : Koefisien Validitas

N : Jumlah Subyek

X : Nilai Pembanding

Y : Nilai dari instrumen yang dicari

Dalam penelitian ini analisis data yang diperoleh menggunakan teknik analisis dengan bantuan program *Microsoft Excel for Windows* dan *SPSS ver.16.0 for Windows*.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Gambaran Lokasi Penelitian**

###### **a. Lokasi Penelitian**

Nama : Organisasi Mahasiswa Pencinta Alam Tursina UIN  
Maulana Malik Ibrahim Malang

Alamat : Gd. Sport Center Lt, 1, UIN Maulana Malik Ibrahim Jl.  
Gajayana No.50 Dinoyo kec.Lowokwaru, kota Malang-  
Jawa Timur

Email : mapalaturisina@gmail.com

Telp/Fax : +62 859 3567 44488

###### **b. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina yang berada di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2018 namun dilanjutkan pada bulan Februari hingga bulan April dan proses penyebaran skala dilakukan pada tanggal 10-15 April 2020.

###### **c. Profil UKM Mahasiswa Pencinta Alam (MAPALA) Tursina**

MAPALA Tursina adalah satu-satunya organisasi pencinta alam yang bernaung dalam lingkup (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Dengan mengusung jiwa pencinta alam dan petualang, serta bersifat

ilmiah, sosial, olahraga, dan rekreasi serta terlepas dari organisasi politik praktis, MAPALA Tursina didirikan pertama kali pada tanggal 20 Desember 1995.

Dalam organisasi MAPALA Tursina terdapat 5 divisi didalamnya yang keseluruhannya memiliki kaitan dengan alam baik secara perlindungan, maupun petualangan. Kelima divisi tersebut adalah divisi konservasi yang memfokuskan kegiatannya dalam rangka melindungi dan memperbaiki lingkungan, sementara itu ada pula divisi gunung hutan yang bergerak dalam setting gunung dan hutan, selanjutnya terdapat divisi panjat tebing atau yang lebih terkenal dengan sebutan *rock climbing* yang kegiatannya selalu didominasi dengan tebing dan wall (papan panjat), sementara itu terdapat pula divisi caving yang memfokuskan kegiatannya dalam petualangan menyusuri goa, baik goa horizontal maupun goa vertical, selain itu MAPALA Tursina juga memiliki divisi orad atau kebanyakan orang menyebutnya dengan rafting yang mengusung petualangan olahraga di sungai yang berjeram.

MAPALA Tursina juga bergerak dalam bidang sosial dan budaya. MAPALA Tursina sudah menjelajah ke berbagai daerah di seluruh penjuru nusantara. Dalam kegiatan yang bertema Tursina Explore, anggota MAPALA Tursina sendiri sudah mengexplore berbagai budaya dalam negeri, mulai dari eksplorasi suku Sasak di Lombok, suku Rimba di Jambi, suku Osing di Banyuwangi, suku Baduy di

Banten, suku Dayak maratus di Kalimantan, dan suku Abuy di Alor NTT dan suku Huaulu yang berada di Maluku.

**d. Visi dan Misi Organisasi**

Visi : Menjadi organisasi mahasiswa pencinta alam yang unggul dan berkualitas di Indonesia

Misi :

1. Membentuk mahasiswa pencinta alam Tursina menjadi insan yang bertaqwa kepada Allah SWT.
2. Menyelenggarakan kegiatan yang bersifat ilmiah maupun ketrampilan untuk membentuk ketahanan fisik, mental serta usaha melestarikan alam dan lingkungan hidup.
3. Menyelenggarakan berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
4. Mengadakan kegiatan yang mampu mewadahi penerapan dari berbagai disiplin ilmu yang dimiliki oleh anggota.

**e. Dewan Pengasuh dan pengurus UKM MAPALA Tursina**

Pelindung : Prof. Dr. Abd. Haris, M.Ag

Penanggung Jawab : Dr. H. Isroqunnajah, M.Ag

Dewan Pembina : Ir. Dr. H. Amin Hariyadi, M.T

Dewan Penasihat : Surya Hadi, S.H

Bagus Salam Azizi, S.Akun

Ketua Umum : Ahmad Zaki Mubaraq

Sekretaris Umum : Akhmad Kosala D. S.

Bendahara Umum : Khafid Asrori

Ka. Bidang Pendidikan dan Pengembangan : Rahdan Banguni

- Personalia : Wilda Faqihana
- Nazilah Rahmi Nurhadi
- Lalu Ahmad Fathi
- CO. Divisi RC : Endang Purwanti
- CO. Divisi GH : Arini Maftukha
- CO. Divisi LH : Wildanun Syakur
- CO. Divisi ORAD : Hamada Syahrul Hufron
- CO. Divisi Caving : Hilal el-Chamdani

Ka. Bidang Rumah Tangga : Rizki Khoirul Muna

- Logistik : Rijal Dwi Mulyanto
- M. Taufiqur Rohman S.
- Humas : Sayful Islam Ali
- Nunik Marfuatur Rohmah

#### **f. Gambaran Subjek**

Subjek merupakan mahasiswa UIN Malang yang mengikuti organisasi MAPALA Tursina dan berstatus anggota aktif.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Hasil Uji Validitas

Dari hasil uji validitas yang telah dilakukan pada setiap aitem skala Resiliensi yang telah diberikan kepada 52 subjek dengan menggunakan aitem uji terpakai yang telah diujikan sebelumnya, sebanyak 8 aitem dinyatakan gugur sehingga menyisakan 34 aitem yang valid. Aitem-aitem yang dinyatakan gugur adalah aitem nomor 5, 25, 29, 34, 36, 38, 40, 42. Koefisien validitas berkisar antara 0,322 hingga 0,828

Tabel 4.1

Hasil Uji Aitem-aitem Valid Skala Resiliensi

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		$\Sigma$
			F	UF	
1	Regulasi emosi	Kemampuan untuk tetap tenang ketika berada dibawah tekanan	1, 8.	15, 22, 39.	5
		Individu dapat mengendalikan emosi, perhatian dan prilakunya			
		Bijak dalam menghadapi masalah/tekanan			
2	Kontrol impuls	Kemampuan untuk beradaptasi dalam menghadapi kesedihan	2, 16, 23,	9.	6
		Kemampuan berfikir jernih terhadap			

		keinginan	30, 37.		
3	Optimis me	Yakin terhadap apa yang akan dia lakukan	3, 10, 31.	17, 24.	5
		Memiliki harapan akan masa depan			
		Percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah			
4	Analisis kausal	Mampu menguraikan penyebab masalah	18, 32.	4, 11.	4
		Mampu mengidentifikasi masalah dengan baik			
5	Empati	Dapat memposisikan diri terhadap perasaan orang lain	19, 26.	12.	3
		Kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain			
6	Efikasi diri	Yakin akan kemampuan diri sendiri terhadap penyelesaian masalah	6, 20, 27.	13.	4
7	Pencapai an	Keyakinan diri untuk bangkit dari kemalangan	7, 14, 35, 33,	21, 28.	7
		Mampu berfikir positif setelah mengalami kemalangan			



		Berani mengambil resiko dan mengoptimalkan kemampuan	40.		
Total			22	12	34

Pada skala Dukungan Sosial terdapat 5 aitem dinyatakan gugur yaitu, aitem nomor 5, 7, 11, 29, 42. Aitem-aitem tersebut dinyatakan gugur karena nilai koefisien validitas  $< 0,3$  sehingga tersisa 37 aitem yang dinyatakan valid. Koefisien validitas berkisar antara 0,301 hingga 0,785

Tabel 4.2

Hasil Uji Aitem-aitem Valid Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		$\Sigma$
			F	UF	
1	<i>Appraisal Support</i>	Memiliki seseorang yang mampu memberikan sumbangan pemikiran dalam menyelesaikan masalah	2,9,16 , 21,25,	1,10, 26, 32,	11
		Memiliki seseorang yang bisa diandalkan secara pemikiran	34.	40.	
2	<i>Tangible support</i>	Memiliki dukungan tenaga atau tindakan dari seseorang	6, 22,17,	14, 3.	8
		Memiliki seseorang yang bisa diandalkan secara tindakan	27,37, 33.		

3	Self esteem support	Memiliki seseorang yang mampu meningkatkan kepercayaan diri akan kompetensi yang dimiliki	12, 18, 23, 38, 28.	4, 15, 30, 36.	9
4	Belonging support	Memiliki seseorang atau kelompok yang bisa menerima dalam kondisi apapun	8, 13, 20, 24.	19, 31, 39, 35, 41.	9
		Memiliki seseorang atau kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk saling berbagi segala hal baik maupun yang buruk			
Total			21	16	37

## 2. Hasil Uji Reliabilitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala resiliensi memiliki *alpha cronbach* sebesar 0,920 ( $\alpha > 0,6$ ) dan skala dukungan sosial memiliki *alpha cronbach* sebesar 0,940 ( $\alpha > 0,6$ ). Semakin mendekati 1,00 maka semakin reliabel penelitian tersebut. Kedua variabel menunjukkan tingkat reliabilitas yang baik, artinya skala dapat digunakan untuk analisis selanjutnya.

### **3. Hasil Analisis Deskripsi**

Analisis deskripsi data dalam penelitian ini digunakan untuk menjabarkan data yang di teliti untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini. Tingkat dukungan sosial dan tingkat resiliensi pada anggota aktif organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dibagi menjadi tiga kategori yaitu, tinggi, sedang, dan rendah. Analisis deskripsi diperoleh dari hasil perhitungan menggunakan rumus mean, standar deviasi, kategorisasi, dan presentase.

#### **a. Deskripsi Tingkat Dukungan Sosial**

##### **1) Mean dan Standar Deviasi**

Hasil perhitungan mean didapat dari hasil bagi antara total skor dengan jumlah sampel. Sedangkan nilai standar deviasi (SD) didapatkan setelah mengetahui skor tertinggi dan skor terendah, kemudian dihitung dengan rumus standar deviasi yang telah ditentukan dalam rancangan penelitian. Perhitungan mean dan standar deviasi dilakukan dengan bantuan aplikasi *SPSS ver 16.0 for windows*.

Total skor pada angket dukungan sosial sebesar 6010 dan jumlah sampel sebanyak 52 orang. Dari perhitingan tersebut didapat nilai rata-rata variabel dukungan sosial yaitu sebesar

115,58. Skor terendah yaitu 84 dan skor tertinggi 137. Nilai standar deviasi yaitu 12,935

Tabel 4.3  
Mean dan Standar Deviasi Variabel Dukungan Sosial

Statistics		
dukungan sosial		
N	Valid	52
	Missing	0
Mean		115.58
Std. Deviation		12.935
Minimum		84
Maximum		137

## 2) Kategorisasi dan Presentase

Hasil kategorisasi untuk tiga kategori tingkat dukungan sosial anggota aktif organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina dihitung menggunakan rumus kategorisasi yang telah ditetapkan dalam rancangan penelitian. Rumus kategorisasi tersebut digunakan untuk melihat frekuensi dan presentase tingkat dukungan sosial. Adapun hasil kategorisasi variabel dukungan sosial seperti tabel berikut ini.

Tabel 4.4

Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial

Variabel	Kategorisasi		
Dukungan sosial	Tinggi	Sedang	Rendah
	$X \geq 128,52$	$102,65 < X < 128,52$	$X \leq 102,65$

Dari rumus kategorisasi didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah anggota aktif yaitu 59,6% atau 31 anggota aktif memiliki dukungan sosial yang sedang, 23,1% atau 12 anggota aktif memiliki dukungan sosial yang tinggi dan hanya 17,3% atau 9 anggota memiliki dukungan sosial yang rendah.

Tabel 4.5  
Presentase dan Frekuensi Variabel Dukungan Sosial

		Kategori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	9	17.3	17.3	17.3
	Sedang	31	59.6	59.6	76.9
	Tinggi	12	23.1	23.1	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

## b. Deskripsi Tingkat Resiliensi

### 1) Mean dan Standar Deviasi

Hasil perhitungan mean didapat dari hasil bagi antara total skor dengan jumlah sampel. Sedangkan nilai standar deviasi (SD) didapatkan setelah mengetahui skor tertinggi dan skor terendah, kemudian dihitung dengan rumus standar deviasi yang telah ditentukan dalam rancangan penelitian. Perhitungan mean dan standar deviasi dilakukan dengan bantuan aplikasi *SPSS ver 16.0 for windows*.

Total skor pada angket resiliensi sebesar 5184 dan jumlah sampel sebanyak 52 orang. Dari perhitungan tersebut didapat nilai rata-rata variabel dukungan sosial yaitu sebesar 99,69. Skor terendah yaitu 81 dan skor tertinggi 125. Nilai standar deviasi yaitu 12,210

Tabel 4.6  
Mean dan Standar Deviasi Variabel Resiliensi

Statistics		
Resiliensi		
N	Valid	52
	Missing	0
Mean		99.69
Std. Deviation		12.210
Minimum		81
Maximum		125

## 2) Kategorisasi dan Presentase

Hasil kategorisasi untuk tiga kategori tingkat resiliensi anggota aktif organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina dihitung menggunakan rumus kategorisasi yang telah ditetapkan dalam rancangan penelitian. Rumus kategorisasi tersebut digunakan untuk melihat frekuensi dan presentase tingkat dukungan sosial. Adapun hasil kategorisasi variabel dukungan sosial seperti tabel berikut ini.

Tabel 4.7

## Hasil Kategorisasi Resiliensi

Variabel	Kategorisasi		
Resiliensi	Tinggi	Sedang	Rendah
	$X \geq 111,9$	$87,48 < X < 111,9$	$X \leq 87,48$

Hasil persentase menunjukkan bahwa tingkat resiliensi anggota aktif MAPALA Tursina berbeda-beda, namun mayoritas anggota memiliki tingkat resiliensi sedang yaitu 63,5% (33 anggota). Sisanya sebanyak 21,2% (11 anggota) berada pada tingkat resiliensi yang tinggi, dan 15,4% (8 anggota) memiliki resiliensi yang rendah. Berdasarkan Persentase tersebut, dapat dikatakan bahwa tingkat resiliensi sebagian besar anggota aktif MAPALA Tursina sudah baik

Tabel 4.8

## Presentase dan Frekuensi Variabel Resiliensi

		Katagori			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	8	15.4	15.4	15.4
	Sedang	33	63.5	63.5	78.8
	Tinggi	11	21.1	21.1	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

## C. Hasil Uji Hipotesis

### 1. Uji Korelasi

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui atau menjawab hipotesis peneliti dalam penelitian, yaitu mengenai korelasi antara variabel dukungan sosial dengan variabel resiliensi. Analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis dengan menggunakan analisis nonparametrik jenis korelasi *product moment* yang dibantu dengan program SPSS (*Statistical Package for Socila Scince*) versi 16.0 for windows. Adapun hasil uji korelasi antara variabel dukungan sosial dengan variabel resiliensi adalah sebagai berikut:

Tabel 4.9

#### Hasil Uji Korelasi

##### Correlations

		Dukungan Sosial	Resiliensi
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.809**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	52	52
Resiliensi	Pearson Correlation	.809**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	52	52

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Bedasarkan Tabel 4.9 maka hasil analisis korelasi pearson sebesar 0,809 yang menunjukkan tingkat hubungan antara variabel dukungan



sosial dengan variabel resiliensi adalah positif yaitu  $r = 0,809$  atau bisa dikatakan kuat karena mendekati angka 1,00. selain itu nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,01$  dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel dukungan sosial dengan variabel resiliensi. Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial anggota organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Akan tetapi apabila tingkat dukungan sosialnya rendah maka tingkat resiliensinya juga rendah. Sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yakni terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada anggota organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Tingkat Dukungan Sosial pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina**

Lebih dari setengah anggota aktif yaitu 59,6% atau 31 anggota aktif memiliki dukungan sosial yang sedang, 23,1% atau 12 anggota aktif memiliki dukungan sosial yang tinggi dan hanya 17,3% atau 9 anggota memiliki dukungan sosial yang rendah. Sebagian besar anggota aktif organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki dukungan sosial yang cukup dalam diri mereka. Artinya dengan adanya dukungan sosial yang baik, para anggota aktif MAPALA Tursina akan memiliki perasaan nyaman,

merasa dihargai, merasa diperhatikan, dan mendapat bantuan ketika membutuhkannya. Hal ini senada dengan pernyataan Chaplin (2005) bahwa Dukungan mencakup memelihara atau menyediakan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan orang lain, dan mendorong atau memperlakukan orang lain dalam situasi pengambilan keputusan. Dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa mereka mencintai, peduli, dihargai, dihormati dan terlibat dalam jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik (Marni dan Yuniawati, 2015).

Tingkat dukungang sosial yang sedang ini juga menandakan bahwa anggota MAPALA belum sepenuhnya merasa atau percaya bahwa orang lain bersedia memberikan perhatian dan bantuan sebagaimana yang mereka harapkan ketika dihadapkan dengan situasi yang sulit atau penuh tekanan. Sarafina menyebutkan faktor-faktor yang menyebabkan seseorang menerima dukungan sosial adalah potensi penerima dukungan, potensi penyedia dukungan, dan komposisi serta struktur jaringan sosial.

Sarason (1987) menambahkan dukungan sosial yang tinggi menyebabkan individu memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, harga diri yang lebih tinggi, serta memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kehidupan. Dukungan sosial yang baik akan memengaruhi segala sesuatu yang dilakukan oleh seseorang, termasuk kemampuan resiliensi.

## **2. Tingkat Resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina**

Data hasil analisis pada skala resiliensi, didapatkan hasil bahwa persentase menunjukkan tingkat resiliensi anggota aktif MAPALA Tursina berbeda-beda, namun mayoritas anggota memiliki tingkat resiliensi sedang yaitu 63,5% (33 anggota). Sisanya sebanyak 21,2% (11 anggota) berada pada tingkat resiliensi yang tinggi, dan 15,4% (8 anggota) memiliki resiliensi yang rendah. Berdasarkan Persentase tersebut, dapat dikatakan bahwa tingkat resiliensi sebagian besar anggota aktif MAPALA Tursina sudah baik. Ini juga dapat diartikan bahwa anggota MAPALA Tursina memiliki ketahanan yang cukup baik ketika dihadapkan pada situasi yang sulit, atau ketika dihadapkan dengan kegiatan-kegiatan yang semakin padat disela-sela kesibukan akademik, dan bahkan sangat beresiko.

Resiliensi menjadi penting karena diakui sangat menentukan bagaimana gaya berpikir dan keberhasilan dalam hidup seseorang (Desmita, 2011). Resiliensi sangat penting pada diri individu (reivich & Shatte, 2002). Pada situasi-situasi tertentu saat bencana tidak dapat dihindari, seseorang yang memiliki resiliensi dapat mengatasi berbagai permasalahan kehidupan dengan cara mereka. Mereka akan mampu mengambil keputusan dalam kondisi yang sulit secara cepat. Keberadaan resiliensi akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, ketidakberdayaan menjadi

kekuatan, korban menjadi penyintas, dan membuat penyintas terus bertumbuh. Berbagai peneliti telah menunjukkan bahwa resiliensi adalah kunci sukses dalam pekerjaan dan kepuasan hidup. Resiliensi akan mempengaruhi penampilan seseorang di sekolah, ditempat kerja, termasuk juga mempengaruhi kesehatan fisik maupun mental, dan kualitas hubungan personalnya dengan orang lain.

### **3. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi pada Mahasiswa Pencinta Alam Tursina**

Neil (2006) mengungkapkan beberapa faktor yang dapat berperan dalam pengembangan resiliensi adalah dukungan sosial atau dukungan komunitas yang termasuk di dalamnya pengaruh budaya, dan dukungan personal. Holaday (1997) menjelaskan bahwa banyak factor yang mempengaruhi resiliensi, baik itu faktor internal yang meliputi keterampilan kognitif, sumber-sumber psikologis, maupun eksternal seperti dan dukungan sosial (Jannah & Rohmatun, 2018).

Berdasarkan data analisis didapatkan nilai signifikan hubungan dukungan sosial dengan resiliensi adalah sebesar  $0,000 < 0,01$  dengan nilai  $r$  sebesar 0,809. Artinya dukungan sosial sangat berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat resiliensi pada anggota aktif mahasiswa pencinta alam Tursina UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Maka hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi anggota aktif mahasiswa pencinta alam Tursina dapat diterima.

Li, Theng, dan Foo (2015) menjelaskan bahwa di dalam domain ilmu sosial, dikatakan peran dukungan sosial sebagai faktor resiliensi seseorang. Orang-orang yang mendapat dukungan sosial tinggi secara teoritis lebih mampu beradaptasi atau lebih mampu memodifikasi stres eksternal. Sehingga hal tersebut dapat meningkatkan penyesuaian yang lebih baik dan fungsi psikososial. Dalam kasus yang diperoleh lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan sosial yang diperoleh anggota aktif cukup baik. Nilai positif mengidentifikasi hubungan dukungan sosial dengan resiliensi berjalan searah. Maka anggota MAPALA Tursina yang mendapat dukungan dari teman, keluarga, pembina, para senior, dan orang-orang disekitarnya akan mampu mengembangkan dan memaksimalkan tingkat resiliensi yang dimiliki sehingga dapat dengan mudah menghadapi masalah dan kondisi sulit. Bahkan ketika dihadapkan dengan kegiatan-kegiatan yang sangat berisiko seperti kegiatan panjat tebing, kegiatan arung jeram dan kegiatan-kegiatan lainnya yang membahayakan nyawa. Disinilah peran resiliensi terhadap anggota MAPALA Tursina sangat diperlukan.

Peneliti terdahulu juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi berdasarkan  $r = 0.308$  dengan taraf signifikansi 0.030. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi dalam diri seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Werner yang dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang dapat sukses beradaptasi pada saat

dewasa pada konteks terdapat tekanan (resiliensi) menyandarkan sumber supportnya pada keluarga dan komunitasnya (Mufidah, 2017). Pernyataan ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Chang & Taormina pada tahun 2011 tentang *Reduced Secondary Trauma among Chinese Earthquake Rescuers: A Test of Correlates and Life Indicators*, menemukan bahwa dukungan sosial merupakan indikator terkuat atau terbesar terhadap resiliensi. Terutama dukungan jaringan sosial atau dukungan yang berasal dari orang disekitar.

Hal ini juga diperkuat oleh peneliti lainnya yang mengindikasikan bahwa di waktu yang kritis, seseorang akan kembali kepada sanak saudara mereka atau teman mereka daripada orang lain yang lebih ahli tetapi tidak memiliki hubungan sosial dengan seseorang tersebut.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan paparan hasil analisa penelitian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat dukungan sosial pada anggota aktif mahasiswa pencinta alam Tursina mayoritas dalam kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh yaitu sebesar 59,6% atau 31 anggota aktif memiliki dukungan sosial yang sedang, sedangkan yang memperoleh tingkat dukungan sosial yang tinggi sebesar 23,1% atau 12 anggota aktif. Dan hanya 17,3% atau 9 anggota aktif yang memiliki dukungan sosial yang rendah.
2. Adapun hasil analisis pada skala resiliensi, didapatkan hasil bahwa persentase menunjukkan tingkat resiliensi anggota aktif MAPALA Tursina berbeda-beda, namun mayoritas anggota memiliki tingkat resiliensi sedang yaitu 63,5% (33 anggota). Sisanya sebanyak 21,2% (11 anggota) berada pada tingkat resiliensi yang tinggi, dan 15,4% (8 anggota) memiliki resiliensi yang rendah. Berdasarkan Persentase tersebut, dapat dikatakan bahwa tingkat resiliensi sebagian besar anggota aktif MAPALA Tursina sudah baik.
3. Berdasarkan hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan resiliensi pada anggota aktif organisasi mahasiswa pencinta alam Tursina UIN

Maulana Malik Ibrahim Malang. Uji korelasi menunjukkan  $r = 0.809$  atau bisa dikatakan kuat karena mendekati angka 1,00. Juga terdapat catatan dibawah tabel “ Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)” yang artinya adalah korelasi antara variabel dukungan sosial dengan variabel resiliensi signifikan pada taraf 0.01. Maka dapat disimpulkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel.

## **B. Saran**

Berdasarkan Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan, ada beberapa saran yang peneliti dapat berikan mengenai proses dan hasil penelitian. Adapun saran-saran penelitian ini antara lain:

### **1. Bagi Subjek**

Berdasarkan hasil penelitian ini diperlukan dukungan sosial khususnya dari keluarga dan teman, dan orang-orang terdekat, karena dukungan sosial yang tinggi menyebabkan individu memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, harga diri yang lebih tinggi, serta memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kehidupan. Selain itu, subjek disarankan untuk meningkatkan resiliensi karena seseorang yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi sangat berguna bagi kesuksesan dalam kehidupan subjek. Penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam menambahkan informasi tentang pentingnya dukungan sosial untuk meningkatkan resiliensi sehingga subjek dapat hidup dalam lingkungan organisasi, bergabung dengan



kegiatan-kegiatan mereka sehingga mencapai hasil dan prestasi yang positif.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan kelemahan dalam penelitian ini, termasuk keterbatasan peneliti dalam menggambarkan hasil penelitian, dan peneliti berikutnya juga dapat menjabarkan secara luas mengenai pembahasan dalam sebuah penelitian yang dilakukan.

.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. (1999). *Psikologi Sosial*. Jakarta: PT. Rieneka Cipta.
- Aprilia, W. (2013). *Resiliensi dan Dukungan Sosial Pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus Pada Ibu Tunggal di Samarinda)*. Ejournal psikologi Vol. 1, No. 3, 268-279.
- Azzahra, F. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologi Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 05, No. 01, 80-96.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014) *Penyusun Skala Psikologi (edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, Vol.13,99-125.
- Cresswell, J. W. (2010). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Grothberg, E. (1995). *A Guide to Promoting esilience in Childen: Strengthening the Human Spirit*. The Series Early Childhood Development: Practice and Reflections. Number8. The Hauge: Benard van Leer Voundatin.
- Maria, H. (2017). *Pengaruh Determinasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Dokter di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Malang; Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Mufidah, A.C. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi dengan Efikasi Diri. *Jurnal Sains Psikologi*, Vol.6, No.2, 68-74.
- Nazir, Moh. (1983). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

- Reivich, K. & Shatte, A. 2002. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Newyork : Broadway Book.
- Situmorang, L.B. (2009). *Konsep Diri Pada Mahasiswa Mapasadha (Mahasiswa Pencinta Alam Sanata Dharma)*, Skripsi Program Sarjana Psikologi Universitas Sanata Dharma
- Siyoto, S. & Sodik, M.A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sholichatun, Y. 2008. Pengembangan Resiliensi Santri di Pondok Pesantren. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.
- Sugiyono, (2008), *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Prasetyo, B. & Jannah, L.M. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Priyono, (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Utami, C.T. & Helmi, A.F. (2017). *Self Efficacy Dan Resiliensi: Sebuah Tinjau Meta-Analisis*. *Buletin Psikologi*, Vol.25, No. 1, 54-6.
- Yuniawati, R. & Marni, A. (2015). Hubungan Amtara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Panti Wredha Budhi Darma Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Vol. 3, No. 1, 1-7.
- <https://regional.kompas.com/read/2018/04/16/14170431/1-mahasiswa-pecinta-alam-tewas-dan-2-luka-saat-arung-jeram>

Lampiran 1  
Angket Penelitian

IDENTITAS

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Status keanggotaan :

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan yang berhubungan dengan kondisi anda yang anda alami dalam kehidupan sehari-hari. Anda diminta kesediaannya untuk memilih jawaban yang paling sesuai dengan keadaan yang anda alami dan rasakan. Dalam skala ini tidak ada jawaban benar atau salah maupun baik atau buruk. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda, maka pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda

Silahkan membaca petunjuk terlebih dahulu ☐

1. Bacalah pernyataan di setiap nomer, kemudian **pilih 1** dari 4 pilihan jawaban yang sesuai dengan diri Anda dengan **Jujur**. Pilihan jawabannya sebagai berikut:

**SS** = Jika pernyataan tersebut **Sangatlah Sesuai** dengan Anda

**S** = Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan Anda

**TS** = Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan Anda

**STS** = Jika pernyataan tersebut **Sangatlah Tidak Sesuai** dengan Anda

2. Beri tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan sebagaimana contoh berikut:

SS	S	TS	STS
	✓		

3. Tidak perlu tergesa-gesa dalam menjawab, yang penting **setiap nomer harus dicentang** , tanpa menyisakan kolom jawaban yang kosong.

4. Jawaban Anda akan terjamin kerahasiakannya.

5. Bacalah bismillah sebelum memulai mengerjakan.

## SELAMAT MENGERJAKAN

### Skala Resiliensi

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya bersikap tenang saat menghadapi konflik				
2	Ketika menghadapi gangguan yang mengalihkan perhatian, saya mampu kembali berkonsentrasi menyelesaikan suatu masalah				
3	Setiap kerja keras yang saya lakukan pasti membuahkan hasil walaupun sedikit				
4	Saya terlalu sering salah dalam menginterpretasikan suatu masalah				
5	Ketika teman sedih saya langsung menghiburnya				
6	Saya bisa melakukan hal-hal yang tidak bisa dilakukan orang lain				
7	Saya memiliki tekad yang kuat				
8	Saya merasa siap menghadapi masalah yang muncul				
9	Ketika menghadapi masalah, saya cenderung menyerah				
10	Saya terbiasa mengandalkan diri sendiri untuk mengatasi permasalahan saya				
11	Saya sering memikirkan hal-hal diluar kendali saya				
12	Saya tidak bisa memahami kondisi seseorang melalui intonasi suara (keras/lembut) pada saat dia berbicara				
13	Ketika dihadapkan dalam sebuah masalah saya tidak mampu menyelesaikannya tanpa bantuan orang lain				
14	Ketika mengalami kegagalan saya mencoba dengan cara lain				
15	Saya ragu dengan kemampuan saya untuk berhasil menghadapi masalah				
16	Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan yang mudah berubah				
17	Saya tidak yakin bahwa apa yang saya lakukan baik dimata orang yang melihat				
18	Saya pandai dalam memecahkan suatu masalah				
19	Saya mampu merasakan apa yang sebenarnya dibutuhkan oleh orang lain				
20	Pantang bagi saya untuk meminta bantuan kepada teman				
21	Saya sulit untuk bangkit kembali ketika mengalami masalah yang berat				
22	Saya gelisah pada saat saya menghadapi masalah				
23	Agar tidak terburu-buru, sebelum mengambil suatu tindakan atau keputusan saya akan mencari tahu informasi terlebih dahulu mengenai suatu masalah				
24	Saya kurang yakin dapat tampil menjadi yang terbaik melebihi orang lain				
25	Saya berfikir dengan hati-hati ketika ada masalah				
26	Saya mudah terharu jika mendengar cerita orang lain				

	yang menyentuh hati				
27	Semua tugas saya kerjakan sendiri				
28	Saya menyesali hal buruk yang terjadi dalam hidup saya				
29	Jika saya merasa marah saya akan menunjukkannya tanpa memikirkan akibatnya				
30	Saya mengetahui apa yang harus saya selesaikan terlebih dahulu				
31	Saya mampu mencapai tujuan hidup				
32	Saya percaya bahwa semua masalah dapat diselesaikan				
33	Saya tetap berusaha walaupun peluang berhasilnya kecil				
34	Saya menyelesaikan sendiri masalah saya meskipun terasa berat				
35	Saya mampu menerima resiko apapun yang saya hadapi				
36	Ketika saya merasa marah kepada orang lain, saya akan menunggu perasaan saya membaik kemudian membicarakannya				
37	Ketika masalah muncul, saya langsung memikirkan apa yang menjadi penyebabnya				
38	Ketika masalah datang saya tidak mencari tahu penyebab masalah tersebut				
39	Saya tidak bisa berfikir jernih dalam situasi yang menegangkan				
40	Saya berusaha melakukan yang terbaik tidak peduli apapun yang terjadi				
41	Saya bertindak atas kemauan diri saya, bukan kemauan orang lain				
42	Saya sulit memotivasi diri sendiri				

#### Skala Dukungan Sosial

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Pembina tidak pernah memberikan bimbingan bila saya dalam kesulitan				
2	Pembina memberikan informasi yang terbaik untuk mengatasi masalah saya				
3	Saya merasa teman-teman tidak pernah membantu saya dalam keadaan sulit				
4	Saya merasa tidak diterima oleh teman-teman saya				
5	Teman saya tidak suka ketika saya mengikuti kegiatan				
6	Pembina memenuhi kebutuhan kegiatan saya				
7	Teman saya percaya bahwa saya mampu menyelesaikan masalah yang saya hadapi				
8	Perhatian teman terhadap saya membuat perasaan saya nyaman				

9	Teman-teman saya mengarahkan bila saya menghadapi masalah				
10	Pembina saya tidak pernah menasehati ketika saya berbuat salah				
11	Pembina saya akan memberikan hadiah bila prestasi saya baik				
12	Teman saya menghargai setiap pendapat saya				
13	Bila saya sakit teman-teman sangat perhatian terhadap saya				
14	Pembina saya tidak pernah memenuhi kebutuhan perlengkapan saya				
15	Keterampilan yang saya miliki tidak pernah diakui oleh pembina saya				
16	Setiap nasihat yang disampaikan pembina untuk kebaikan saya				
17	Pembina saya akan membantu membimbing saya kapan saja bila saya membutuhkannya				
18	Pembina saya memuji hasil kegiatan saya				
19	Teman saya tidak pernah mempedulikan saya bila saya menghadapi kesulitan				
20	Kasih sayang yang diberikan teman membuat saya semangat berkegiatan				
21	Pembina saya menasehati untuk kehidupan saya kelak				
22	Pembina saya selalu ada ketika saya membutuhkan bantuan				
23	Saya tidak pernah dianggap remeh oleh teman-teman saya				
24	Setiap kali saya merasa ragu teman saya selalu memberi dorongan yang membuat saya kembali bersemangat				
25	Pembina memberi solusi untuk membantu mengatasi permasalahan saya				
26	Teman saya tidak pernah membantu saya memecahkan masalah				
27	Saya sering mendapat bantuan dari teman dan pembina pada saat saya merasa kesulitan				
28	Pembina saya mengakui kelebihan yang saya miliki				
29	Setiap ada masalah saya menyelesaikannya sendiri tanpa ada bantuan dari siapapun				
30	Saya merasa pendapat saya sering tidak dihargai				
31	Teman-teman di kampus tidak pernah memperhatikan saya				
32	Pembina saya tidak pernah membantu saya memecahkan masalah				
33	Teman-teman saya dapat meminjamkan suatu barang/perlengkapan jika saya sedang membutuhkannya				
34	Saya sering mendapat bantuan dari teman dan pembina saya pada saat saya merasa kesulitan				

35	Pembina saya terlalu sibuk , sehingga tidak memperdulikan saya				
36	Saya merasa teman-teman saya sering memandang saya negative				
37	Teman-teman saya selalu ada ketika saya membutuhkan mereka				
38	Pembina saya akan memberikan pujian setiap kali saya melakukan kegiatan yang bagus				
39	Pembina tidak pernah memperhatikan saya				
40	Pembina tidak pernah memberi solusi bila saya mempunyai masalah				
41	Pembina sya tidak pernah memberikan kasih sayang kepada saya kerena dia terlalu sibuk				
42	Saya merasa nyaman berkeluh kesah kepada teman karena mereka memahami saya				



## Lampiran 2

### Validitas dan Reliabilitas

#### 1. Dukungan Sosial

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	52	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	52	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.940	37

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	112.65	161.446	.368	.940
x2	112.33	158.107	.563	.939
x3	112.17	157.322	.573	.938
x4	112.06	160.252	.460	.939
x6	112.69	160.805	.446	.939
x8	112.15	163.113	.285	.941
x9	112.52	159.666	.448	.940
x10	112.54	160.293	.397	.940
x12	112.56	159.075	.543	.939
x13	112.33	158.617	.599	.938

x14	112.73	157.848	.634	.938
x15	112.60	157.108	.491	.939
x16	112.33	161.479	.325	.941
x17	112.52	155.588	.645	.938
x18	112.56	159.820	.567	.939
x19	112.08	159.484	.514	.939
x20	112.13	162.942	.258	.941
x21	112.46	161.391	.436	.940
x22	112.79	156.170	.674	.938
x23	112.71	157.268	.491	.939
x24	112.17	159.087	.550	.939
x25	112.42	158.798	.655	.938
x26	112.40	161.853	.323	.941
x27	112.33	161.715	.439	.940
x28	112.69	157.237	.666	.938
x30	112.63	157.883	.561	.939
x31	112.42	157.072	.584	.938
x32	112.38	157.888	.693	.938
x33	112.19	160.903	.456	.939
x34	112.29	160.915	.449	.939
x35	112.65	156.701	.657	.938
x36	112.65	156.152	.500	.939
x37	112.40	155.147	.636	.938
x38	112.67	159.322	.572	.939
x29	112.46	152.489	.761	.936
x40	112.44	154.722	.743	.937
x41	112.63	154.315	.755	.937

## 2. Resiliensi

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	52	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	52	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.920	34

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	96.48	143.627	.313	.920
y2	96.60	142.677	.480	.918
y3	96.25	144.779	.309	.920
y4	97.15	133.937	.807	.913
y6	96.69	141.315	.495	.918
y7	96.38	144.163	.383	.919
y8	96.44	143.467	.398	.919
y9	96.48	143.627	.313	.920
y10	96.69	141.315	.495	.918
y11	97.58	141.112	.411	.919
y12	96.96	139.959	.365	.921

y13	96.96	142.351	.380	.919
y14	96.27	144.083	.396	.919
y15	96.87	140.472	.429	.919
y16	96.69	141.315	.495	.918
y17	97.44	140.134	.446	.919
y18	96.83	140.342	.562	.917
y19	97.15	133.937	.807	.913
y20	96.69	141.315	.495	.918
y21	96.73	141.338	.447	.919
y22	97.15	133.937	.807	.913
y23	96.23	144.612	.299	.920
y24	96.54	142.449	.388	.919
y26	97.15	133.937	.807	.913
y27	97.06	141.036	.464	.918
y28	96.54	142.449	.388	.919
y30	96.54	141.351	.510	.918
y31	96.37	145.256	.288	.920
y32	97.15	133.937	.807	.913
y33	96.54	142.449	.388	.919
y35	97.15	133.937	.807	.913
y37	96.42	144.523	.275	.920
y39	97.12	138.888	.459	.919
y41	96.54	142.449	.388	.919

## Lampiran 3

### Uji Korelasi

Correlations		dukungan sosial	resiliensi
dukungan sosial	Pearson Correlation	1	.809**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	52	52
resiliensi	Pearson Correlation	.809**	1
	Sig. (2-tailed)	.009	
	N	52	52

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 4  
Data Hasil Angket Ms.Exel

Tabulasi Jawaban Skala Dukungan Sosial

No	1	2	3	4	6	8	9	10	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Sub1	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
Sub2	2	2	4	4	2	3	2	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	3	2
Sub3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3
Sub4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4
Sub5	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2
Sub6	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	2	2
Sub7	2	3	3	4	3	4	3	2	2	2	2	2	4	2	3	4	4	3	3
Sub8	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3
Sub9	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3
Sub10	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3
Sub11	2	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	3	2
Sub12	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3
Sub13	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3
Sub14	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3
Sub15	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3
Sub16	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
Sub17	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
Sub18	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
Sub19	3	3	2	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2
Sub20	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2

Sub21	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3
Sub22	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1
Sub23	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3
Sub24	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	4	3
Sub25	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3
Sub26	2	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
Sub27	2	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
Sub28	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
Sub29	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	3	2
Sub30	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	3	2
Sub31	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3
Sub32	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3
Sub33	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3
Sub34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
Sub35	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3
Sub36	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3
Sub37	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2
Sub38	2	2	2	2	2	4	3	1	3	3	1	2	3	2	2	3	4	2	2
Sub39	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Sub40	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	4
Sub41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Sub42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2
Sub43	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2
Sub44	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3
Sub45	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3
Sub46	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3
Sub47	2	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
Sub48	3	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4
Sub49	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3
Sub50	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4

Sub51	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4
Sub52	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3

No	23	24	25	26	27	28	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	$\Sigma$	Kategori
Sub1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	105	Sedang
Sub2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	101	Rendah
Sub3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	119	Sedang
Sub4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	135	Tinggi
Sub5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	115	Sedang
Sub6	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	97	Rendah
Sub7	1	4	2	4	4	3	1	1	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	91	Rendah
Sub8	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	117	Sedang
Sub9	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	2	2	109	Sedang
Sub10	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	122	Sedang
Sub11	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	110	Sedang
Sub12	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	124	Sedang
Sub13	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	117	Sedang
Sub14	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	108	Sedang
Sub15	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	131	Tinggi
Sub16	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	103	Sedang
Sub17	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	103	Sedang
Sub18	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113	Sedang
Sub19	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	92	Rendah
Sub20	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	101	Rendah
Sub21	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	122	Sedang
Sub22	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	101	Rendah
Sub23	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	2	1	3	3	4	3	4	125	Sedang
Sub24	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	102	Rendah
Sub25	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	123	Sedang



Sub26	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	132	Tinggi
Sub27	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	107	Sedang
Sub28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	111	Sedang
Sub29	3	4	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	1	3	3	2	3	2	105	Sedang
Sub30	3	4	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	1	3	3	2	3	2	105	Sedang
Sub31	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	137	Tinggi
Sub32	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	124	Sedang
Sub33	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	129	Tinggi
Sub34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	108	Sedang
Sub35	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	129	Tinggi
Sub36	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3	116	Sedang
Sub37	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3	115	Sedang
Sub38	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	1	2	84	Rendah
Sub39	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	115	Sedang
Sub40	2	3	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	129	Tinggi
Sub41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	111	Sedang
Sub42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	109	Sedang
Sub43	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	101	Rendah
Sub44	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	124	Sedang
Sub45	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	129	Tinggi
Sub46	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	123	Sedang
Sub47	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	132	Tinggi
Sub48	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	134	Tinggi
Sub49	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	123	Sedang
Sub50	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	134	Tinggi
Sub51	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	134	Tinggi
Sub52	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	124	Sedang

Tabulasi Jawaban Skala Resiliensi

No	1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Sub1	2	3	4	2	4	3	2	2	4	2	4	2	3	2	4	3	4	2	4	2
Sub2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
Sub3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3
Sub4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
Sub5	3	3	4	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3
Sub6	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
Sub7	2	3	4	1	4	4	4	2	4	1	1	3	4	1	4	1	3	1	4	2
Sub8	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
Sub9	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	2	2	3	3
Sub10	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2
Sub11	3	3	4	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	4	3	1	2	2	3	2
Sub12	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
Sub13	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2
Sub14	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	1	4	3	4	4
Sub15	3	3	4	2	3	4	3	3	3	1	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3
Sub16	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3
Sub17	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3
Sub18	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3
Sub19	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	2	4	2	3	3	4	4
Sub20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	2	3	3	4
Sub21	3	3	4	3	2	4	3	3	2	2	4	3	3	1	2	2	2	3	2	4
Sub22	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4
Sub23	4	4	3	2	4	3	3	4	4	2	2	3	4	3	4	2	3	2	4	2
Sub24	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3
Sub25	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	1	4	3	2	3	2	3	2	3
Sub26	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
Sub27	2	3	4	2	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3

Sub28	4	4	2	3	3	4	4	4	3	2	4	2	4	2	3	1	3	3	3	4
Sub29	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	3	2
Sub30	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	3	2
Sub31	2	2	3	1	2	4	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2
Sub32	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3
Sub33	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	2	3	3	4	4
Sub34	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2
Sub35	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	2	4	3	3	1	3	3	3	3
Sub36	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	4	3	3	2	3	2	3	3
Sub37	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	4	3	3	2	3	2	3	3
Sub38	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3
Sub39	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	1	3	4	3	2	2	2	2	2	3
Sub40	3	2	4	1	3	3	2	3	3	2	4	2	4	4	3	2	3	1	3	3
Sub41	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3
Sub42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
Sub43	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	3	2
Sub44	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2
Sub45	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3
Sub46	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4
Sub47	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	3	2	2	4
Sub48	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3
Sub49	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3
Sub50	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3
Sub51	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4
Sub52	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4

No	22	23	24	26	27	28	30	31	32	33	35	37	39	41	$\Sigma$	Kategori
Sub1	2	3	4	2	2	4	3	3	2	4	2	3	1	4	97	Sedang
Sub2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	105	Sedang
Sub3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	4	101	Sedang
Sub4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	111	Sedang
Sub5	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	3	2	90	Sedang
Sub6	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	98	Sedang
Sub7	1	4	4	1	2	4	4	3	1	4	1	4	2	4	92	Sedang
Sub8	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104	Sedang
Sub9	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	99	Sedang
Sub10	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	1	3	85	Rendah
Sub11	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	88	Sedang
Sub12	2	4	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	4	3	97	Sedang
Sub13	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	94	Sedang
Sub14	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	113	Tinggi
Sub15	2	4	4	2	3	4	4	4	2	4	2	4	3	4	103	Sedang
Sub16	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	87	Rendah
Sub17	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	87	Rendah
Sub18	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	98	Sedang
Sub19	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	4	114	Tinggi
Sub20	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	Sedang
Sub21	3	4	2	3	2	2	4	4	3	2	3	3	2	2	94	Sedang
Sub22	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	108	Sedang
Sub23	2	4	3	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	100	Sedang
Sub24	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	83	Rendah
Sub25	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	95	Sedang
Sub26	2	3	4	2	3	4	2	3	2	4	2	3	2	4	86	Rendah

Sub27	2	3	4	2	2	4	3	3	2	4	2	3	3	4	100	Sedang
Sub28	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	109	Sedang
Sub29	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	89	Sedang
Sub30	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	89	Sedang
Sub31	1	4	4	1	2	4	3	4	1	4	1	4	1	4	81	Rendah
Sub32	2	4	4	2	3	4	3	4	2	4	2	2	2	4	100	Sedang
Sub33	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	2	3	112	Tinggi
Sub34	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	96	Sedang
Sub35	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2	4	107	Sedang
Sub36	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	4	2	2	90	Sedang
Sub37	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	4	2	2	90	Sedang
Sub38	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	89	Sedang
Sub39	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	82	Rendah
Sub40	1	4	3	1	3	3	3	3	1	3	1	3	1	3	88	Sedang
Sub41	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	85	Rendah
Sub42	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	93	Sedang
Sub43	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	91	Sedang
Sub44	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	113	Tinggi
Sub45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	123	Tinggi
Sub46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	112	Tinggi
Sub47	2	2	3	2	4	3	4	4	2	3	2	4	4	3	105	Sedang
Sub48	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	120	Tinggi
Sub49	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	3	122	Tinggi
Sub50	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	125	Tinggi
Sub51	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	123	Tinggi
Sub52	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	124	Tinggi